

LINE UP 今号の主な内容

- 5月11日・12日開催 市民若葉まつり…………… 2
  - 移動のサポート・体のケアに 助成券をご利用ください…… 3
  - みどり区版 …………… 12
  - ウェルネス通信(子育て・保健・介護予防事業案内) …… 別冊
- 発行●相模原市 〒252-5277 相模原市中央区中央2丁目11番15号  
 編集●総務局渉外部広聴広報課 ☎042-769-8200  
 ホームページ●<http://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/>  
 携帯端末用●<http://mobile.city.sagamihara.kanagawa.jp/>

市の手続き、イベントや施設のお問い合わせに…

相模原市コールセンター  
 午前8時～午後9時 年中無休  
 ☎042-770-7777



スポーツ選手ってカッコイイなあ!  
 みんなで応援しよう♪

みどり区  
 広報  
 さがみはら

NO.1405  
 毎月  
 1日・15日発行  
 3/15  
 2019  
 平成31年  
 SAGAMIHARA

みどり区TOPICS

「防犯メジャー」を設置しませんか？ 身近な地域の安全・安心のために

防犯メジャーは、不審者の特徴(背丈)を把握し、警察に通報する際に役立ちます。また、街頭犯罪の抑止力を高める効果も期待できます。  
 緑区安全・安心まちづくり協議会では、より多くの場所に防犯メジャーを設置し、地域全体の犯罪抑止力を高めるため、希望する団体へ交付を行っています。交付を希望する場合は、お問い合わせください。

問 緑区役所地域振興課 ☎042-775-8801



選手  
 稲本潤一  
 SC相模原 / Junichi Inamoto  
 新加入!



SC相模原

稲本選手に聞きました!

Q1  
 相模原の印象は？

自分の住んでいる街にホームタウンチームが4つもあるというのは、なかなか他の都市にはないことですね。スポーツを盛り上げていくための素晴らしい環境がそろっているのかなと思います。

Q2  
 市内でしてみたいことは？

ラグビーやアメリカンフットボールは今まであまり馴染みがなかったですが、ほかのホームタウンチームの試合を見に行ってみたいですね。スポーツで街を盛り上げ、その魅力を発信していけたらいいなと思います。  
 あとは練習後に行ける定食屋さんなんかを探したいです!

Q3  
 地元チームの応援、どう楽しめばいい？

お気に入りの選手が見つかると、試合が面白くなると思います。その点、SC相模原は、練習風景を誰でも見ることができるし、選手とのコミュニケーションも取りやすい。あとは、やはりスタジアムに来て、テレビでは味わえない生の試合の雰囲気を感じてほしいです。

問 スポーツ課 ☎042-769-9245

Junichi Inamoto

昭和54年9月18日生 鹿児島県出身  
 ポジション ミッドフィールダー  
 2002年日韓ワールドカップで2ゴールなどの活躍を遂げ、イングランドプレミアリーグのアーセナルFCなど、数々の海外クラブでプレー。今季、コンサドーレ札幌からSC相模原に移籍。181cm、77kg

Jリーグ&なでしこリーグ 2019年シーズン 開幕!

稲本選手のインタビュー、ホームタウンチームの情報は 6面へ

ちゅうおう区

# さがみ はら

広報

NO.1405

毎月  
1日・15日発行

3/15

2019  
平成31年

SAGAMIHARA

## LINE UP 今号の主な内容

- 5月11日・12日開催 市民若葉まつり…………… 2
- 移動のサポート・体のケアに 助成券をご利用ください…… 3
- ちゅうおう区版…………… 12
- ウェルネス通信(子育て・保健・介護予防事業案内) …… 別冊
- 発行●相模原市 〒252-5277 相模原市中央区中央2丁目11番15号
- 編集●総務局渉外部広聴広報課 ☎042-769-8200
- ホームページ●<http://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/>
- 携帯端末用●<http://mobile.city.sagamihara.kanagawa.jp/>

市の手続き、イベントや施設のお問い合わせに…



相模原市コールセンター

午前8時～午後9時 年中無休

☎ 042-770-7777



スポーツ選手ってカッコイイなあ!  
みんなで応援しよう♪

## ちゅうおう区TOPICS

### 新入学児童の交通事故に注意しましょう

4月は、交通ルールに慣れていない子どもたちの交通事故が増える時期です。新入学児童を交通事故から守るため、地域ぐるみで子どもたちを見守るとともに、ドライバーの皆さんは予期せぬ飛び出しに備え、普段より注意深く運転しましょう。また、家庭でも交通ルールや通学路を確認しましょう。

☎中央区役所地域振興課 ☎042-769-9801



# 稲本潤一選手 SC相模原 / Junichi Inamoto 新加入!



SC相模原

### 稲本選手に聞きました!

Q1

相模原の印象は?

自分の住んでいる街にホームタウンチームが4つもあるというのは、なかなか他の都市にはないことですね。スポーツを盛り上げていくための素晴らしい環境がそろっているのかなと思います。

Q2

市内でしてみたいことは?

ラグビーやアメリカンフットボールは今まであまり馴染みがなかったですが、ほかのホームタウンチームの試合を見に行ってみたいですね。スポーツで街を盛り上げ、その魅力を発信していけたらいいなと思います。あとは練習後に行ける定食屋さんなんかを探したいです!

Q3

地元チームの応援、どう楽しめばいい?

お気に入りの選手が見つかると、試合が面白くなると思います。その点、SC相模原は、練習風景を誰でも見ることができるし、選手とのコミュニケーションも取りやすい。あとは、やはりスタジアムに来て、テレビでは味わえない生の試合の雰囲気を感じてほしいです。

### Junichi Inamoto

昭和54年9月18日生 鹿児島県出身  
ポジション ミッドフィールダー  
2002年日韓ワールドカップで2ゴールなどの活躍を遂げ、イングランドプレミアリーグのアーセナルFCなど、数々の海外クラブでプレー。今季、コンサドーレ札幌からSC相模原に移籍。181cm、77kg

☎スポーツ課 ☎042-769-9245

Jリーグ&なでしこリーグ 2019年シーズン 開幕!

稲本選手のインタビュー、ホームタウンチームの情報は **6面へ**

LINE UP 今号の主な内容

- 5月11日・12日開催 市民若葉まつり…………… 2
- 移動のサポート・体のケアに 助成券をご利用ください…… 3
- みなみ区版 …………… 12
- ウェルネス通信(子育て・保健・介護予防事業案内) …… 別冊

発行●相模原市 〒252-5277 相模原市中央区中央2丁目11番15号  
 編集●総務局渉外部広聴広報課 ☎042-769-8200  
 ホームページ●<http://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/>  
 携帯端末用●<http://mobile.city.sagamihara.kanagawa.jp/>

市の手続き、イベントや施設のお問い合わせに…

相模原市コールセンター  
 ☎ 午前8時～午後9時 年中無休  
 ☎ 042-770-7777



スポーツ選手ってカッコイイなあ！  
みんなで応援しよう♪

みなみ区TOPICS

誰でも楽しめるイベント「ラウンジふくしまつり」を開催

毎年恒例の同まつりでは、障害のある人による手作り製品の販売や、自分で描いた絵を缶バッジにできる体験コーナー、相模女子大学高等部書道部の有志による書道パフォーマンスなど、盛りだくさんの内容です。ダウン症の書道家・金澤翔子さんの作品『勇氣』の展示も行います。

時3月23日(土) 午前10時～午後3時

会 南区地域福祉交流ラウンジ

〒 南区地域福祉交流ラウンジ ☎042-701-3388



昨年の同まつりの様子

みなみ区  
 広報  
 さがみはら  
 NO.1405  
 毎月  
 1日・15日発行  
 3/15  
 2019  
 平成31年  
 SAGAMIHARA

# 稲本潤一選手

## SC相模原 / Junichi Inamoto

# 新加入!



SC相模原

稲本選手に聞きました!

Q1

相模原の印象は?

自分の住んでいる街にホームタウンチームが4つもあるというのは、なかなか他の都市にはないことですね。スポーツを盛り上げていくための素晴らしい環境がそろっているのかなと思います。

Q2

市内でしてみたいことは?

ラグビーやアメリカンフットボールは今まであまり馴染みがなかったですが、ほかのホームタウンチームの試合を見に行ってみたいですね。スポーツで街を盛り上げ、その魅力を発信していけたらいいなと思います。

あとは練習後に行ける定食屋さんなんかを探したいです!

Q3

地元チームの応援、どう楽しめばいい?

お気に入りの選手が見つかると、試合が面白くなると思います。その点、SC相模原は、練習風景を誰でも見ることができるし、選手とのコミュニケーションも取りやすい。あとは、やはりスタジアムに来て、テレビでは味わえない生の試合の雰囲気を感じてほしいです。

問 スポーツ課 ☎042-769-9245

Junichi Inamoto

昭和54年9月18日生 鹿児島県出身  
 ポジション ミッドフィールダー  
 2002年日韓ワールドカップで2ゴールなどの活躍を遂げ、イングランドプレミアリーグのアーセナルFCなど、数々の海外クラブでプレー。今季、コンサドーレ札幌からSC相模原に移籍。181cm、77kg

Jリーグ&なでしこリーグ 2019年シーズン 開幕!

稲本選手のインタビュー、ホームタウンチームの情報は 6面へ



## 5月11日(土) 12日(日) 開催

# 市民若葉まつり

統一地方選挙の実施に伴い、今年の市民まつりは「若葉まつり」として5月に開催します。

時 5月11日(土) 午後1時～5時  
 5月12日(日) 午前10時～午後5時  
 会 市役所さくら通りほか  
 ※詳しくは本紙5月1日号でお知らせします。  
 ※来場者用の駐車場はありません。公共交通機関を利用してください。  
 問 市民まつり実行委員会事務局(商業観光課内) ☎042-769-8236

## 証明書はコンビニで手軽に取得！ マイナンバーカードを活用しよう

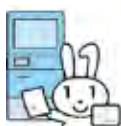
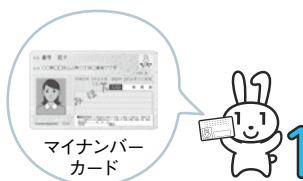
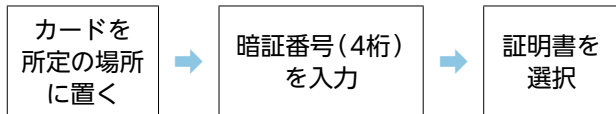
マイナンバーカードを利用して、コンビニエンスストアに設置されているマルチコピー機で住民票の写しや印鑑登録証明書などを取得できます。手数料は窓口よりも50円お得になります。

### コンビニ交付を利用するには

#### ■マイナンバーカードを取得します

通知カードに同封された交付申請書で申請できます。  
※取得には申請してから1カ月～1カ月半程度かかります。

#### ■コンビニエンスストアのマルチコピー機を操作します



画面や音声の案内に従い、画面をタッチしてください。

※4月上旬からは、津久井郵便局にもマルチコピー機が設置されます。

#### ♥マルチコピー機に個人情報は残らないので、安心して使えます

個人情報の漏えい防止のため、証明書のデータはすぐに消去されます。また、カードや証明書の取り忘れがないように、画面や音声で案内しています。

### 廃止のお知らせ 証明書自動交付機は6月末まで

各区役所に設置している証明書自動交付機は、6月末に廃止します。詳しくは市ホームページをご覧ください。

問 区政支援課 ☎042-704-8911

## 3月18日から実証実験を開始

# 税証明書の交付手数料が LINE Payで決済できます



市役所などの窓口で交付する税証明書などの交付手数料について、モバイル送金・決済サービスのLINE Payによる電子マネーを利用した実証実験を行います。

### 実施期間 3月18日～平成33年3月31日

#### 電子マネー決済を利用するには

- ①スマートフォンにLINEアプリをインストールし、LINE Payの利用登録と残高のチャージをします。
- ②窓口で証明書の申請をし、交付手数料の支払いの際に、LINE Payでの決済を伝えます。
- ③LINEのウォレットタブから「コードリーダー」をタップし窓口にある端末に表示された2次元コードを読み取ります。
- ④スマートフォンに決済情報が送信されれば完了です。



端末の2次元コードを読み取る



#### 電子マネー決済のできる窓口など

対象窓口	対象の証明書
市民税課	市民税関係証明書・ 資産税関係証明書・ 納税関係証明書など
緑市税事務所	
南市税事務所	

※LINE Payでの決済が可能なのは上記の対象窓口のみとなります。まちづくりセンターなどの窓口では対応していません。

※対象の証明書など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

問 市民税課 ☎042-769-8297

## 4月からの 相談の案内

相談は無料、秘密は守ります

問 午後1時30分～4時  
 (①⑫⑬を除く)  
 対 市内在住か在勤・在学の人  
 (⑪⑫はどなたでも)

▶ 予約が必要な相談(申込順) = ②⑤⑥⑪、⑩の中央・南、⑬の法律相談  
 問 電話で各相談先へ  
 予約開始の時期 ◎当日午前8時30分から ●同一週の月曜日から  
 ☆前の週の水曜日から ○2週間前から  
 ※予約開始日が休日の場合は、その前日から

▶ 予約が不要な相談の希望者は直接会場へ

相談名(相談員)	内容	会場・相談日・時間(祝日等を除く)							
		市民相談室			まちづくりセンター				
		緑区役所 ☎042-775-1773 ※シティ・プラザはしもと6階。⑩以外祝日等も受け付け	中央区役所 ☎042-769-8230	南区役所 ☎042-749-2171	城山 ☎042-783-8103	津久井 ☎042-780-1400	相模湖 ☎042-684-3214	藤野 ☎042-687-5514	
①市民相談(市民相談員) ※電話相談可	夫婦、家族など日常生活上の悩み事	毎日	月～金曜日		水曜日	月曜日	第1・第3火曜日	第2・第4火曜日	
		午前9時～正午、午後1時～4時(中央区役所は午前9時～午後5時)							
②法律相談(弁護士)	相続、離婚など日常生活上の法律全般	◎水曜日 ○第4木曜日	◎火曜日 ○第1木曜日	◎金曜日 ○第2木曜日	第2金曜日	第3金曜日	5月・8月・10月、平成32年2月の第4金曜日	6月・9月、32年1月・3月の第4金曜日	
③行政相談(行政相談委員)	国などの仕事への意見や要望	第3水曜日	第2水曜日	第1水曜日	奇数月の第2木曜日	偶数月の第1金曜日	奇数月の第3木曜日	偶数月の第2金曜日	
④人権相談(人権擁護委員)	人権に関する心配事	第4金曜日	第1・第3金曜日	第2水曜日	第1金曜日	第2水曜日	第2金曜日	第3水曜日	
⑤税務相談(税理士)	相続税・贈与税など	◎第2月曜日	◎第1・第3月曜日	◎第4月曜日					
⑥登記相談(司法書士) ※祝日等はありません。	不動産売買・相続に伴う登記など	◎第1木曜日	◎第4水曜日	◎第2水曜日					
⑦新築・増改築・修理などの相談(相談協力員)	新築などに関する技術的なこと	第2木曜日	第3木曜日	第1木曜日					
⑧社会保険労務士相談(社会保険労務士)	年金、健康保険、労働など	第2金曜日	第1水曜日	第3水曜日					
⑨行政書士相談(行政書士)	遺言書、官公署への書類の作成など	第2火曜日	第1・第3水曜日	第4水曜日					
⑩不動産相談(宅地建物取引士)	不動産取引(空き家を含む)や借地・借家契約など	第3月曜日	◎第2金曜日 ◎第4月曜日	◎第1月曜日					
⑪交通事故相談(弁護士)	交通事故に関すること	●第1金曜日 ※32年1月3日は1月10日に振り替え	☆月曜日	☆第3月曜日 ※7月15日は7月8日、9月16日は9月9日に振り替え					
					相談名(相談員)	内容	会場・相談日・時間(祝日等を除く) 中央区役所市民相談室		
					⑫労働相談(県相談員) ※電話相談可	労使関係、労働条件、解雇など	木曜日 午前9時～正午、午後1時～4時		
					⑬外国人相談(外国人相談員) 専用電話 ☎042-769-8319	市政や日常生活に関すること。弁護士による法律相談も実施(相談時に要予約)	中国語 = 水曜日、 英語 = 第3水曜日 スペイン語、ポルトガル語 = 金曜日 午前9時～正午、午後1時～4時 法律相談 = 第1木曜日午後1時30分～4時		

障害のある人  
・高齢者向け

# 移動のサポート・体のケアに 助成券をご利用ください

受付開始日 3月27日(水)  
助成期間 4月～平成32年3月  
(年度途中の申し込みの場合は、申し込み月分から)

**移動** 在宅で重度の障害などがある人の社会参加や、高齢者の在宅時の生活を支援します。

**障害者** ※次のいずれかを選択してください。

- 福祉タクシー利用券**  
交付枚数(1枚500円分)  
1カ月当たり6枚
- 自動車燃料給油券**  
交付枚数(1枚1,000円分)  
対象者が車を所有・運転する…1カ月当たり2枚  
対象者と同居の家族などが車を所有・運転する…1カ月当たり1枚

住んでいる地区、対象となる障害などにより窓口が異なります。

- ④ 次のいずれかに該当する人
  - 身体障害者手帳が1級か2級
  - 療育手帳がA1かA2
  - 知能指数35以下と判定を受けている
  - 精神障害者保健福祉手帳が1級か2級
  - 小児慢性特定疾病医療受給者証の交付を受けていて、改正(27年1月)前の児童福祉法による小児慢性特定疾患に対応する疾病に罹患している
  - ★ 特定医療費(指定難病)医療受給者証の交付を受けていて、難病法施行前の特定疾患に対応する指定難病に罹患している
  - ★ 県特定疾患医療受給者証などの交付を受けている
- ⑤ ●は①～⑦、★は④～⑩へ

※対象や必要書類など詳しくは、各窓口にお問い合わせください。

1年分の利用券・  
給油券の交付申請は  
**4月26日(金)まで**

**高齢者**

- 移送サービス利用券**  
交付枚数(1枚1,000円分)  
市民税非課税世帯…1カ月当たり8枚  
その他の世帯…1カ月当たり5枚  
※城山・津久井・相模湖・藤野地区に在住の人は、サービス内容などが異なります。詳しくは、各保健福祉課へ
- ⑥ 次の全てに該当する人
  - 市内在住・在宅で、介護保険の要介護4・5の認定を受けている
  - ストレッチャーなどで居室と移送車両間の全介助が必要
  - 生活保護、福祉タクシー利用券か自動車燃料給油券の交付を受けていない



⑦ 直接、④⑦⑩～⑮か、住んでいる地区の高齢者支援センターへ  
※はり・きゅう・マッサージ施術助成券は、各まちづくりセンター(橋本・城山・津久井・相模湖・藤野・本庁地域・大野南を除く)・出張所でも申し込みできます。  
※指定の事業者でのみ使用可能

**体・身なりのケア**

**高齢者** ※1回につき1枚使用可能

- はり・きゅう・マッサージ施術助成券**  
交付枚数(1枚2,000円分)  
1カ月当たり1枚  
⑧ 市内在住・在宅の70歳以上(31年度中に70歳になる人を含む)  
※70歳～79歳は所得制限があります。



- 出張理美容サービス助成券**  
交付枚数(1枚3,000円分)  
2カ月当たり1枚  
⑨ 市内在住・在宅の65歳以上で、介護保険の要介護4・5の認定を受けている人

申し込み・問い合わせ

窓口・問い合わせ	電話番号	保健福祉課	保健センター	高齢者相談課
障害福祉相談課	緑 ①042-775-8810 中央 ②042-769-9266 南 ③042-701-7722	城山 ④042-783-8136 津久井 ⑤042-780-1412 ⑩042-780-1408 相模湖 ⑥042-684-3216 ⑪042-684-3215 藤野 ⑦042-687-5511	緑 ⑧042-775-8816 中央 ⑨042-769-8233 南 ⑩042-701-7708	緑 ⑬042-775-8812 中央 ⑭042-769-8349 南 ⑮042-701-7704

## 地域の防災力を高めよう! 防災マイスターを派遣します

さがみはら防災スクールを受講した防災士を「さがみはら防災マイスター」として認証し、防災講座などの講師として派遣しています。講座では、講義やワークショップを通して、災害時の対応や、地域での防災活動などについて学びます。

- ⑫ 市内在住か在勤・在学の10人以上の団体
- ⑬ 直接かファクスで、市ホームページに掲載の申請書を市防災協会へ

講座内容

防災講座	大規模災害時の自助と共助に関する講義
災害図上訓練(DIG)	地図を使った危険箇所などの確認と、シミュレーション
避難所運営ゲーム(HUG)	避難所の運営方法を学ぶためのカードを使った模擬体験ゲーム
クロスロード	災害現場で実際に起こった問題をカードにし、その課題について話し合うグループワーク

図危機管理課 ☎042-769-8208

平成30年度は  
76人の  
防災マイスター  
が誕生!



災害図上訓練の様子



クロスロードの様子

## 市政モニターを募集

市の施策や事業に関するアンケートに回答できる人を募集します。

- モニター期間 5月下旬～平成32年3月(3回程度)
- ⑭ 市内在住の16歳以上=150人(選考)  
(モニター期間中に16歳になる人を含む。1世帯1人まで)  
※公務員など公職の人やモニター経験が連続2年を超える人を除く
- ⑮ 4月16日(必着)までに、郵送かファクス、Eメールに住所、氏名、年齢、職業、電話番号、回答方法(Eメールか郵送)、Eメールアドレス(Eメール希望者のみ)、市政モニター経験の有無(ある場合は時期)、応募動機、「市政モニター」と書いて、広聴広報課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 FAX042-730-5258 ☒e-monitor@city.sagamihara.kanagawa.jp ☎042-769-8299)へ
- ※詳しくは、各まちづくりセンターなどにある募集のしおり(市ホームページにも掲載)をご覧ください。

## 非常勤職員などの募集

職務内容、対象、定員、申し込み方法など、詳しくは市ホームページをご覧ください。



職種	勤務条件など	賃金	申し込み(必着)・問い合わせ
ひきこもり支援ステーションの精神保健福祉士	4月～平成32年3月(毎週水・木曜日) 勤務場所 精神保健福祉センター	日額1万2,250円	3月22日までに、履歴書(写真添付)を郵送で精神保健福祉センター(☎042-769-9818)へ(後日面接あり)
母子訪問相談員	4月から(月5日以内) 勤務場所 中央子育て支援センターなど	日額1万700円	3月22日までに、電話でこども家庭課(☎042-769-8345)へ(後日面接あり)
①非常勤保健師 ②非常勤看護師	6月から週1日程度 勤務場所 陽光園	①時給1,760円 ②時給1,500円	4月26日までに、電話で陽光園(☎042-756-8410)へ(後日面接あり)
①臨時的任用保育士 ②非常勤保育士 ③非常勤保育調理員 ④非常勤庁務技能員 ⑤非常勤看護師 ⑥非常勤栄養士	①週5日 ②～⑥週5日以内 勤務場所 ①～⑤市立保育園など、⑥保育課	①日額8,912円(4月から9,300円) ②時給1,100円(4月から1,150円) ③④時給1,000円(4月から1,029円) ⑤時給1,500円 ⑥時給1,270円	3月25日までに、電話で保育課(☎042-769-8313)へ





新年度に備えて



駐輪場をご利用ください

岡都市整備課 ☎042-769-8258

4・5月は新学期等で自転車などを  
利用する人が多くなります。自転車  
などが放置されると、歩行者の通行  
の妨げとなり、緊急時の活動にも影  
響を及ぼします。駐輪場を利用し、  
責任を持って管理しましょう。

●駐輪場

車種 自転車、125cc以下の原動機付自転車  
※料金など詳しくは市ホームページをご覧  
ください。

空き状況などは  
各施設にお問い  
合わせください。



⚠  
駅周辺は自転車等  
放置禁止区域に  
指定されています

区域内に自転車  
を放置すると…  
引き取りには、移動・保管にかかった費用の支払いが必要  
です。

即日撤去

保管所へ

🚲自転車 2,000円 原動機付自転車 4,000円  
※チェーンなどで固定してある放置自転車等はチェーンなどを  
切断し移動します。切断したチェーンなどの弁償はしません。

学生募集 あじさい大学 (高齢者大学)

学ぶことを通して、仲間づくりや生きがいづくりができる場です。

対平成31年4月1日時点で、市内在住の60歳以上=1,152人(抽選)

受講できる科目 1人1科目(第3希望まで)

受講期間 5月下旬~32年2月ごろ(全24回) ※毎回午前か午後の2時間

費各7,800円(教材費が別途必要)

📅4月4日(消印有効)までに、地域包括ケア推進課、各行政資料コーナー・まち  
づくりセンター・出張所・連絡所・公民館などにある「学生募集案内・入学申込  
書」に付いている申し込み専用はがきを、市シルバー人材センターへ  
※市シルバー人材センターホームページからも申し込みます(4月4日まで)。

科目一覧

※各科目の内容や会場など詳しくは、「学生募集案内・入学申込書」をご覧ください。

科目	曜日	時間帯	科目	曜日	時間帯
〈基礎と実習〉			健康体操★		
書道(漢字中心)	水	午後	初歩からの健康太極拳★	月	午後
書道(かな中心)	金	午後	シニアのエクササイズ★	水	午前
水彩画	火	午前	みんなで楽しく歌おう(コーラス)	金	午後
	水	午後	楽しく健康づくり体操★	火	午前
油 絵	木	午前	シニアの食を彩る 調理の基本と応用	木	午前
水墨画	水	午後		金※	午後
木版画	水	午前	短歌の鑑賞・実作指導	火	午後
陶 芸	木		平安文学(源氏物語の世界)	水	
民 謡	水		上代文学(万葉集)	木	
詩 吟	月		近代文学(漱石・鴎外)	月	
パソコン	火	午後	中世文学(今昔物語)	金	午前
	水		日本・郷土の歴史(近世~)	火	
	木		世界の歴史と日本	金	
手芸(編み物)	金	午前	知の泉発掘の楽しみ	火	午後
	木	午後	デジカメ・画像処理の基礎	金	
			草花の育て方・楽しみ方		

★医師などから運動制限をされていない人に限る ※木曜日に実施する日もあり

岡市コールセンター ☎042-770-7777

誰もが生き生きと活躍できる  
男女共同参画を推進します

岡市人権・男女共同参画課 ☎042-769-8205



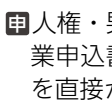
1 事業所の研修に専門の講師を無料で派遣します

「パワハラ・セクハラの防止」「仕事と育児・介護の両立」など、  
性別に関係なく、誰もが働きやすく活躍できる環境づくりを支援  
します。



2 男女共同参画に関する意見などを受け付けます

男女共同参画専門員(弁護士、有識者)が、性別による人権侵害  
や男女共同参画施策について、意見や相談などを受け付けます。



📄人権・男女共同参画課、ソレイユさがみにある①男女共同参画研修等支援事  
業申込書②男女共同参画に関する意見等申出書(市ホームページにも掲載)  
を直接か郵送、ファクスで同課へ

※①はEメールでも受け付け



3 ソレイユさがみ  
女性相談室で  
相談を受け付けます

●一般相談(電話・面接)

女性が抱える、夫婦、家族、男女等  
人間関係、就労などの悩みについて

まずは ☎042-775-1777  
お電話を ※面接は予約が必要です。

🕒毎日(毎月第4月曜日、年末年始を除く)  
午前10時~午後4時30分  
(火・木曜日は午後8時まで)

●専門相談

※一般相談での相談後に予約  
を受け付けます。

女性のための法律相談(面接)

暴力、セクハラ、離婚、相続、  
借金など法律上の問題

女性のための心の相談  
(電話・面接)

心の悩みを軽減し生き生きと  
行動する力を付けるための相談

春を感じにお出掛けしよう

🌸 阿津の桜を見に行こう

早咲きで有名なカワツザクラを見に、阿津を訪れ  
てみませんか。

🕒3月16日(土)~23日(土)

※開花状況により変更になる場合があります。

📍相模湖林間公園入り口周辺からさがみ湖リフレッ  
シュセンターまでの川沿い

📞相模湖まちづくりセンター ☎042-684-3240

🌸 おおさわ桜まつり

模擬店やミニ鉄道などが楽しめます。夜は、大嶋  
坂の上から眺める提灯の明かりと桜が幻想的です。

🕒4月6日(土) 正午~午後4時

4月7日(日) 午前10時~午後2時

📍相模川自然の村公園

※4月5日~7日は同まつり準備・開催のため同公園は  
使用できません。

桜の提灯の点灯

点灯期間 3月28日(木)~4月10日(水) 午後6時~8時

※開花状況により変更になる場合があります。

📞岡市おおさわ桜まつり実行委員会事務局  
(大沢まちづくりセンター内) ☎042-761-2610

🌸 相模川芝ざくらまつり

相模川の堤防に、色鮮やかなシバザクラがじゅう  
たんのよう咲き誇ります。さまざまなイベントや、  
地元で採れた野菜や花苗などの販売も行います。

🕒4月1日(月)~21日(日) 午前9時~午後4時

📍相模川新磯河川敷(新戸・磯部地先の相模川堤防)  
※河川敷の臨時駐車場(新戸スポーツ広場横)の利用  
は有料(500円)です。

📞岡市コールセンター ☎042-770-7777

🌸 津久井湖さくらまつり

湖を挟む2つの公園を中心に、彩り鮮やかな桜を堪能  
できます。また、ステージイベントや地域特産品の  
販売なども楽しめます。

会場	日にち	時間
①花の苑地	4月 6日(土)	午前10時~午後4時
	4月 7日(日)	午前10時~午後3時
②水の苑地	4月13日(土)	午前10時~午後4時
	4月14日(日)	午前10時~午後3時

📍県立津久井湖城山公園

📞津久井湖さくらまつり実行委員会  
①津久井観光協会内 ☎042-784-6473  
②城山まちづくりセンター内 ☎042-783-8117

ライトアップ

🌸 市役所さくら通り桜並木

🕒3月23日(土)~4月1日(月)(予定) 午後6時~10時  
※開花状況により変更になる場合があります。

📞商業観光課 ☎042-769-8236

🌸 灯りの街 春の相模湖 小原宿

江戸時代の宿場町の面影を残す小原宿本陣や街道  
沿いに灯りをともします。幻想的な空間で、和太鼓  
や二胡などの演奏が楽しめます。

🕒3月30日(土) 午後5時30分~8時

📍小原宿本陣とその周辺(緑区小原)

📞相模湖まちづくりセンター ☎042-684-3240

📎 桜守養成講座(全7回)

サクラの植栽や維持管理などについて学びます。

🕒4月20日、6月15日、7月20日、10月19日、  
12月7日、平成32年2月15日、3月21日の土曜日  
午前10時~正午

📍けやき会館

📍市内在住か在勤・在学の18歳以上(高校生を除  
く)で、同講座修了後に桜守として活動できる人  
定30人(申込順) 費3,000円

📅4月10日までに、直接か電話、ファクスに住所、  
氏名(ふりがな)、電話番号、「桜守養成講座」と  
書いて、市まち・みどり公社(☎042-751-  
6624 FAX042-751-2345)へ

図書館の催し

わらべうた会

親子のスキンシップを中心とした、わらべ歌遊びや絵本の読み聞かせなどを行います。

催し名	日にち	時間	対象	定員など
ひよこちゃんのわらべうた会 (全6回)	4~9月の第1木曜日	午前10時30分~11時	市内在住の0歳児とその保護者	各18組(申込順) ※2歳以上の子ども同伴可
ぺんぎんちゃんのわらべうた会 (全5回)	4・6~9月の第3木曜日		市内在住の1歳・2歳児とその保護者	

会 市立図書館(中央区鹿沼台)

申 3月24日までに、直接か電話で同館へ

※過去に同時期に開催された同じ催しに参加した人は申し込みできません。

お花見ほっこり紙芝居会

桜の下で、春にちなんだ紙芝居を楽しめます。

時 4月7日(日) 午前11時~正午

会 鹿沼公園 ※雨天時は市立図書館

※希望者は直接会場へ

市立図書館 ☎042-754-3604

ひらめく! 調べる! 大人の謎解きさがみんを探せ!

7つのヒントを手掛かりに、閉じ込められたさがみんを探し出し、犯人を当てる謎解きイベントです。

時 3月24日(日) 午前9時30分~午後3時

会 相模大野図書館

対 中学生以上=50人(申込順) ※希望者は直接会場へ

※同館カウンターで配布する参加カードが必要

市立相模大野図書館 ☎042-749-2244

図書館・公民館図書室の4月の休館日

市立図書館(中央区鹿沼台)、相武台分館、相模大野図書館、橋本図書館

時 毎週月曜日(祝日等を除く)、11日(木)

公民館図書室

時 毎週月曜日、11日(木)、30日(休)

※清新公民館図書室は4月22日(月)まで休室

※その他の施設の図書室については、各施設にお問い合わせください。

市立図書館 ☎042-754-3604

視聴覚ライブラリー



市立視聴覚ライブラリー ☎042-753-2401

催し名・日時	上映作品
16ミリフィルム映画鑑賞会 3月24日(日)・26日(火) 午後2時~3時55分	▶ 鉄道員(ぼっぼや) (日本/1999年/カラー/112分)
春休み映画会 4月6日(土) 午後2時~3時30分	▶ グスコブドリの伝記 (日本/1994年/カラー/85分)

会 市立図書館(中央区鹿沼台) 対 市内在住か在勤・在学の人  
定 各150人(先着順) ※希望者は直接会場へ

おはなし会

きれいに修繕されたかやぶき屋根の下で、『くもの糸』や『ねこ先生と、とらのお弟子』などをお話します。

時 3月24日(日) 午前10時~11時30分

会 古民家園(相模川自然の村公園内)

定 40人(先着順) ※希望者は暖かい服装で、直接会場へ

市立文化財保護課 ☎042-769-8371



勝坂を学ぼう! 勝坂の自然で遊ぼう

~ネイチャーゲームで楽しもう!~

草花などを活用したゲームを通して自然と触れ合い、その楽しさや大切さを学びます。

時 4月14日(日) 午前9時30分~11時30分

会 史跡勝坂遺跡公園

定 30人(申込順)

申 4月11日までに、電話で文化財保護課(☎042-769-8371)へ



市立博物館に行こう

市立博物館 ☎042-750-8030

休館日 月曜日

臨時開館 プラネタリウム春休み特別上映の3月22日(金)は開館します

3月21日(祝)から さがみはらポイントを使って プラネタリウムを楽しもう

地域活動などに参加すると付与される「さがみはらポイント」がプラネタリウムの観覧料として使えるようになります。

「さがみはらポイント」って?

地域活動への参加や、クレジットカードなどのポイント交換でマイナンバーカードに貯まります。貯まったポイントは地域の商店での買い物やオンラインショップでの物産購入などに利用することができます。

※詳しくは市ホームページをご覧ください。

企画政策課 ☎042-769-8203



プラネタリウム春休み特別上映 全天周映画「銀河鉄道の夜」

デジタルファインアーティストによる『銀河鉄道の夜』の世界を再現したパノラマ風景が楽しめます。

時 3月16日(土)~31日(日) 午後3時50分~4時30分

定 210人(先着順)

費 500円

(4歳~中学生200円、65歳以上250円(要証明書))

※希望者は直接会場へ

※別番組については同館ホームページをご覧ください。



©KAGAYA Studio

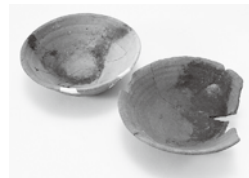
考古企画展記念講演会 古代の灯火の器と祈り ~相模国の仏教の波及~

平安時代の相模国における仏教の波及について、灯明皿の出土例などを基に解説します。

時 4月14日(日) 午後2時~4時

定 200人(先着順)

※希望者は直接会場へ



考古企画展 博物館deクイズラリー

全問解答者には先着順でオリジナル考古グッズ(カードかバッジ)をプレゼントします。

時 3月16日~4月27日の毎週土曜日

午前9時30分~午後5時

※希望者は直接会場へ



旧石器ハテナ館の催し

旧石器ハテナ館

☎042-777-6371

10周年記念イベント 考古学カフェ

明治大学名誉教授の安藤政雄さんが展示を解説した後、考古学カフェで参加者の疑問や質問に答えます。

時 4月20日(土) 午後2時~4時30分

対 中学生以上=30人(抽選)

費 500円(飲み物代含む)

申 3月31日までに、直接か電話で同館へ



ノジマメガソーラーパークの見学会

大規模太陽光発電所(メガソーラー)の見学を受け付けます。

時 4月1日(月)~9月30日(月)(4月7日(日)、5月11日(土)・12日(日)、6月30日(日)を除く)

午前の部 10時30分~11時30分

午後の部 2時~3時

会 ノジマメガソーラーパーク

(さがみはら太陽光発電所(南区麻溝台))

申 見学日の2週間前までに、電話か、Eメールに住所、氏名、電話番号、希望日・時間、「メガソーラー施設見学」と書いて、環境政策課(☎042-769-8240)

☑kankyouseisaku@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ





## SC相模原 J3リーグ

## 新たなスタイルを示す「変革」の年

稲本選手に聞きました!



昨シーズンから監督や選手の半数ほどが入れ替わっているんです。チームスローガンの「変革」にもあるように、SC相模原としてのスタイルを示していく1年だと思っています。

チームに加入してまだ間もないですが、自分が思った以上にレベルの高い選手がそろっている。このチームの中で、これまでの経験で積み上げてきたものなど、今の自分だからこそ、気付いて伝えられることがあると思うし、求められていることだと思っています。年齢も一番上なので、チームが成長できるようなプレーやコミュニケーションを意識していきたいですね。

プロスポーツ選手にとって、必要としてもらえるチームでプレーすることは何よりうれしいこと。自分なりにチームに精いっぱい貢献して、優勝を目指したいです。

「変革」の一步を  
その目に焼き付けろ!

時 3月24日(日)午後1時キックオフ  
会 相模原ギオンスタジアム  
対 ガイナーレ鳥取  
固 SC相模原 ☎042-810-7777



新生SC相模原を見逃すな!



ホームタウンチームを応援しよう

2019年  
シーズン開幕

# この春、スタジアムに 新たな風を巻き起こせ!

固 スポーツ課 ☎042-769-9245

## ノジマステラ神奈川相模原 なでしこリーグ1部

1部リーグ勝負の3年目。ステラのパスサッカーが見据えるのはリーグの頂点

攻守が育ってきた今こそ狙う  
リーグ優勝

なでしこリーグ1部参入2年目の昨シーズンの結果は3位。ステラの持ち味である攻撃的なパスサッカーが定着し、勝ち切る力が付いてきました。今シーズンは経験豊富な選手や日本代表選手も加入し、守備の連携も強化され、攻守ともにさらなる手応えを感じています。

野田朱美新監督が掲げているのはリーグ優勝。選手がそこに続かないわけにはいきません。選手全員が、チームの在り方やリーグ優勝への思いを一つにして全力で戦っていきたくです。



3

新キャプテン  
石田みなみ選手  
Minami Ishida  
平成3年5月14日生  
静岡県出身  
ポジション ディフェンダー

20

新加入  
松田早和選手  
Sawa Matsuda  
平成12年12月17日生  
鹿児島県出身  
ポジション フォワード

この春高校卒業のフレッシュな  
戦力も追い風に

なでしこリーガーとして選手生活の第一歩を踏み出したばかりですが、先輩選手のプレーへの向き合い方に毎日刺激を受けています。自分の持ち味のスピードとフィジカルを生かした突破力で、チームの勝利に貢献していきたくです。

相模原ギオンスタジアムで  
ステラに熱いエールを送ろう!

■ 3月21日(祝) 開幕戦  
対 マイナビベガルタ仙台レディース 午後1時キックオフ  
■ 3月30日(土)  
対 AC長野パルセイロ・レディース  
固 ノジマステラ神奈川相模原 ☎046-298-3881

## アメリカンフットボール、ラグビーも熱い! 最新情報をチェック!

### ノジマ相模原ライズ

パールボウルトーナメント開幕!

昨シーズンは、ホーム・相模原ギオンスタジアムで、強敵オービックシーガルズを相手にラストプレーで見事逆転勝利を収めるなど、市民に感動を与えてくれました。4月21日(日)には、東日本王者を懸けた「パールボウルトーナメント」の初戦に挑みます!



東日本王者を懸け、いざ東京ドームの舞台へ!

### 三菱重工相模原ダイナボアーズ

12年ぶりのトップリーグ昇格!

国内最高峰リーグであるジャパンラグビートップリーグへの昇格を懸け、昨年12月に挑んだ入れ替え戦に見事勝利し、悲願の昇格を果たしました。ラグビーワールドカップ2019™の国内開催で盛り上がりが見込まれる今シーズン、トップリーグに挑戦します!



来季は新たな歴史を刻むシーズンに



バスを賢く使って **快適に お得に** 移動しましょう!



**安全でお得**  
バスはクルマより  
安全・安心

**お金がお得**  
バスはクルマより  
お財布に  
やさしい

**バスにお得に乗って!**  
公共交通機関であるバスには、さまざまなメリットがあります。この機会に移動手段を見直して、バスを利用した新生活を始めてみませんか。  
☎交通政策課  
☎042-769-8249

**時間がお得**  
移動時間を  
有効に活用

**環境にやさしい**

市マスコットキャラクター さがみん

ここがお得 **安全**

年間の事故件数の割合で比較した場合

**クルマよりも安全!**  
**1:300**



出典：警察庁交通局「平成29年中の交通事故の発生状況」より算出

ここがお得 **お金**

片道5kmの通勤で比較した場合



**年間で50万円程度もお得**

※1 片道5km区間の3カ月定期券から試算  
※2 2,000ccのクルマを7年間使用した場合の維持費を試算  
車両本体、保険料、税金、毎月のガソリン代3,000円・駐車場代8,000円程度など

ここがお得 **時間**

クルマだと...  
ずっと運転に集中!



バスなら...  
充実した移動時間を過ごせます



一人のメリットがみんなのメリットに **環境**

バスのCO<sub>2</sub>排出量は  
**クルマの約1/3**  
(1人を1km運ぶのに排出されるCO<sub>2</sub>を比較した場合)

**交通渋滞も緩和**  
一人一人がクルマからバスへ移動手段を変えることで、駅周辺などの交通渋滞が緩和されます

みんなでバスを利用して、  
環境にやさしく  
暮らしましょう。



# 情報あらかると

はがき・ファクス・Eメール  
などで申し込むとき



記入する必要事項

- ①希望する催し名
- ②住所
- ③氏名(ふりがな)
- ④年齢
- ⑤電話番号

## お知らせ

### 4月から産業会館の予約方法が変わります

利用予約は全てインターネットで受け付けます(毎月1日、1月1日～4日を除く)。

※事前に登録が必要。詳しくは同館ホームページをご覧ください。

☎産業会館(☎042-768-2311)

### 4月から第二陽光園の名称が変わります

4月から第二陽光園(市立療育センター内)の名称が「医療型児童発達支援センター」になり、愛称は「ひだまり」となります。

※各区に民設民営の児童発達支援センターが整備されたことから、第一陽光園(福祉型児童発達支援センター)は3月31日に廃止します。

☎陽光園(☎042-756-8410)

### さがみはら成年後見・あんしんセンターをご利用ください

認知症や知的障害、精神障害などにより判断能力が十分でない人も安心して暮らせるよう、福祉サービスの利用手続き、金銭管理などの支援、各種専門相談、成年後見制度などの説明会を実施しています。

#### 成年後見専門相談

司法書士や税理士、行政書士、社会福祉士が対応(要予約)

4月の開催日 3日～24日の毎週水曜日

☎あじさい会館

※申し込み方法など、詳しくはお問い合わせください。

☎同センター(☎042-756-5034)

### 清新公民館の貸館と図書室利用を再開

☎4月23日(火)から

※窓口サービス(事務)は3月31日(日)から

☎同館(☎042-755-8000)

### 納期限は4月1日(月)

●国民健康保険税 第10期

※コンビニエンスストアでも納付できます

納税は便利な口座振替で

☎金融機関の窓口へ

### 分譲マンション無料相談

☎4月8日(月)午後1時30分～4時30分

☎中央区役所市民相談室

☎分譲マンションか、分譲型の団地に住む人=3組(申込順)

☎4月3日までに、電話で建築・住まい政策課(☎042-769-8252)へ

### 就学相談説明会

日にち	会場
4月16日(火)	相模原教育会館3階(中央区富士見)
4月17日(水)	緑区合同庁舎4階集団指導室
4月18日(木)	津久井総合事務所3階
4月22日(月)	ユニコムプラザさがみはら セミナールーム2

☎午前10時～11時30分

☎32年度に小学校入学予定で、障害などにより教育的配慮を必要とする児童の保護者

※希望者は直接会場へ

☎青少年相談センター(☎042-704-8917)

### 合同就職説明会(サガツクナビ ジョブミーーツ)

採用活動中の地元企業による個別説明会

☎4月25日(木)午後1時30分～4時30分

☎専修大学サテライトキャンパス

(川崎市多摩区登戸)

☎32年3月卒業予定か、卒業後3年以内で就職活動中の入=50人(申込順)

※専修大学以外の学生・既卒生なども参加可

☎サガツクナビホームページから申し込んでください。

☎さがみはら産業創造センター(☎042-703-6321)

### 土地・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧

☎4月1日(月)～5月31日(金)

午前8時30分～午後5時

※土・日曜日、祝日等を除く

☎資産税課、緑・南市税事務所、城山・津久井・相模湖・藤野まちづくりセンター

☎固定資産税納税者、同納税者と同居の親族・代理人・相続人、納税管理人

※希望者は、本人確認ができる公的証明書(運転免許証やパスポートなど(顔写真のないものは2点以上))、上記に加え代理人は委任状、相続人は戸籍謄本などを持って直接会場へ

☎資産税課

### 土地開発公社の保有土地を売却

所在地番	面積・地目	最低売却価格
南区磯部字勝坂4454-3	1651.16㎡ 雑種地	1,665万円
緑区大島字上台1183-2	772.09㎡ 雑種地	2,138万7,000円

用途地域など 市街化調整区域、建ぺい率50%・容積率80%、防火地域等指定なし

契約条件 用途制限、現状売り渡し、一括支払いなど

売却方法 一般競争入札

(入札日 4月25日(木))

☎個人、法人

☎4月15日(必着)までに、土地開発公社にある申込書(市ホームページにも掲載)を直接か郵送で同公社(土地利用調整課内 ☎042-769-8209)へ

2次募集(入札が不調の場合)

5月7日～10月29日に、直接同公社へ(先着順)

※詳しくは市ホームページか、同公社で配布する案内をご覧ください。

### 平成29年度一般廃棄物処理基本計画の取り組み状況を公表します

閲覧場所 各行政資料コーナー・まちづくりセンター・公民館・図書館

※市ホームページにも掲載

☎廃棄物政策課

## 募集

### 市総合計画審議会委員

同計画で設定している成果指標の達成状況の評価や、次期総合計画の策定に向けた審議

任期 6月(予定)から2年間(年6～9回程度)

☎市内在住の18歳以上(本市の他の審議会などの委員・職員・議員を除く)

☎4人(選考)

応募申込書記布場所 企画政策課、各行政資料コーナー・まちづくりセンター(城山・橋本・本庁地域・大野南を除く)・公民館(沢井を除く)・出張所・図書館、市立公文書館

※市ホームページにも掲載

☎4月8日(必着)までに、応募申込書を直接か、郵送、ファクス、Eメールで担当課へ

### 横山公園 花のボランティア(全9回)

花壇作りの基礎を学びながら花の管理を行う

☎4月18日、5月9日・23日、7月4日、8月1日、9月19日、10月17日・24日、11月7日の木曜日(予備日11月14日(木))  
午前9時～11時

☎18歳以上(高校生を除く)

☎15人(申込順)

☎4月17日までに、直接か電話で同公園(☎042-758-0886)へ



### 自然環境観察員

身近な生き物の調査などを通じ、自然環境への関心を高めることを目的とするボランティア制度

期間 4月～平成32年3月

☎市内在住か在勤・在学の中中学生以上

☎100人程度(申込順)

☎3月31日(必着)までに、直接か郵送、ファクスに住所、氏名、職業(学年)、電話番号、Eメールアドレスを書いて、環境情報センター(〒252-0236 中央区富士見1-3-41 ☎042-751-2036 ☎042-769-9248)へ

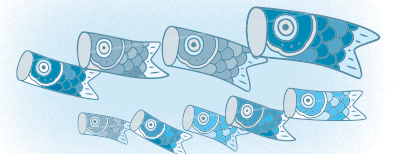
※同センターホームページからも申し込みます。

### 泳げ鯉のぼり相模川ボランティア

日にち	会場	内容
4月14日(日)	田名小学校 体育館	鯉のぼりの補修
4月28日(日)	相模川	上げ作業
5月6日(日)	高田橋上流	下げ作業

☎午前9時～正午

☎3月29日(必着)までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)か、Eメールに8面上の必要事項と参加希望日を書いて、同実行委員会事務局(☎koi.sagamihara@gmail.com)へ



## イチオシ! 社会科見学に行こう

### 城山ダム見学会

普段見ることのできないダムの管理施設内を見学します。

☎4月14日(日)

午前の部 10時～正午

午後の部 1時30分～3時30分

☎中学生以上

☎各40人(申込順)

☎4月10日(必着)までに、往復はがきに代表者の住所、氏名(ふりがな)、電話番号、人数(2人まで)、希望時間(午前の部か午後の部)を書いて、相模川水系ダム管理事務所管理課(〒252-0116 緑区城山2-9-1 ☎042-782-2831)へ

※同管理事務所ホームページからも申し込みます。



## イチオシ! サッカー大好き!

### 小山公園サッカースクール

日本サッカー協会公認指導員が指導します。

☎4月1日～平成32年3月25日の毎週月・水曜日

クラス	コース	時間	対象	費用(各月)
幼児	週1回	午後4時15分～5時	4歳～6歳の未就学児	3,000円
	週2回			4,500円
低学年	週1回	午後5時10分～6時	小学校1～3年生	3,500円
	週2回			5,500円
高学年	週1回	午後6時10分～7時10分	小学校4～6年生	4,000円
	週2回			6,000円

※入会金1,000円(保険料含む)が別途必要

※無料体験を各クラスと同じ日時に実施(参加は1回のみ)します。

☎小山公園スポーツ広場

☎各コース25人(申込順)

☎開催日前日までに、直接か電話、ファクスに8面上の必要事項と希望クラス・コース、無料体験の希望者は「無料体験」と書いて、同公園(☎042-700-0801 ☎042-700-0802)へ

●電話番号の記載がない記事の問い合わせは 市役所 ☎042-754-1111(代)

情報あらかると

さがみはら環境まつり 出展者

環境活動を紹介するブースへの出展者  
 時6月30日(日)午前10時30分～午後4時  
 会ミウヰ橋本5階インナーガーデン(緑区橋本)  
 対環境保全、環境教育、省エネルギーなどに取り組む市民・学生・事業者・教育機関などの団体=30組(抽選)  
 申4月14日(必着)までに、環境情報センターにある申込書(同センターホームページにも掲載)を、さがみはら環境まつり実行委員会事務局(同センター内 ☎042-769-9248)へ

ミニフリーマーケット出店者

時4月21日(日)午前9時～午後4時  
 会LCA国際小学校北の丘センター  
 対市内在住か在勤の人  
 定7組(抽選)  
 ※1組1区画(約3m×2m)  
 費1,000円  
 申3月22日(必着)までに、往復はがき(1組1枚)に8面上の必要事項と販売品目、駐車場使用希望の有無を書いて、同センター(〒252-0134 緑区下九沢2071-1 ☎042-773-5570)へ  
 ※団体・業者の出店、食品類・生き物・手作品などは販売不可。詳しくはお問い合わせください。

イベント

しろやま得の市

食品や農産物、手作り工芸品などの販売  
 時3月24日(日)午前10時～午後1時30分(雨天中止)  
 会城山総合事務所前道路  
 ※当日、道路は歩行者天国になります。  
 同城山商工会(☎042-782-3338)

おもちゃもったいないセンター & おもちゃの病院

使わなくなったおもちゃと会場にあるおもちゃの交換や、壊れたおもちゃの修理  
 時3月24日(日)午前10時～午後3時  
 会環境情報センター  
 ※希望者は、おもちゃを持って直接会場へ  
 同同センター(☎042-769-9248)

春休み親子映画鑑賞会

『プーさんと大あらし』『ちびまる子ちゃんクラスのお誕生日』ほか全6本  
 時3月28日(木)午前10時～正午  
 会サン・エールさがみはら  
 定220人(先着順) ※希望者は直接会場へ  
 同同所(☎042-775-5665)

牛乳パックでグリーティングカードを作ろう

使用済みの紙パックを再利用した紙すき体験やリサイクルに関するクイズ・パネル展示。分別戦隊シゲンジャー銀河も登場  
 時3月30日(土) 午前10時～正午、午後1時～3時  
 会アリオ橋本1階アクアガーデン(緑区大山町) ※希望者は直接会場へ  
 同資源循環推進課

樹木の探偵団と春の公園樹木めぐり

時4月7日(日)午前10時～正午(雨天中止)  
 会相模原北公園  
 対中学生以上=20人(申込順)  
 費300円  
 申4月6日までに、直接か電話、ファクスに8面上の必要事項を書いて、相模原北公園(☎FAX042-779-5885)へ

講演・講座

パソコン教室

- ①PC無料体験
- ②子どもプログラミングプレ無料体験
- ③子どもプログラミング無料体験

	日にち	時間
①	3月19日(火) ・22日(金)・26日(火)	午前9時30分～午後4時20分(1回50分)
②	3月20日(水) ・27日(水)・28日(木)	午後4時30分～5時
③	3月23日(土)、 4月13日(土)	午前11時～正午
	3月28日(木)、 4月11日(木)	午後7時30分～8時30分

会産業会館  
 対①どなたでも②年中～小学校2年生  
 ③小学校3年生～中学生  
 定①③各10人②各5人(申込順)  
 申電話で同館(☎042-704-9888)へ

グリーンカレッジつくい前期講座 ギフチョウデジカメ観察講座

県指定天然記念物のギフチョウを生息地で観察し、デジタルカメラで撮影  
 時3月31日(日)、4月14日(日)午前9時30分～午後0時30分、4月6日(土)午前10時～午後3時(荒天中止)  
 集合場所 篠原の里(緑区牧野)  
 会石砂山(緑区牧野)  
 定各15人(申込順) 費各500円  
 申開催日1週間前までに、直接か電話で津久井生涯学習センター(☎042-784-2400)へ

シルバー人材センターのキッズプログラミング教室

- ①体験コース(全2回)
  - ②基礎コース(全4回)
- 同センター会員の指導による、Scratchを使ったプログラミング体験

コース	日にち	時間
①	4月13日(土)・14日(日)	午前10時～正午
	5月11日(土)・12日(日)	
	6月8日(土)・9日(日)	
②	4月13日(土)・14日(日) ・20日(土)・21日(日)	午後1時30分～3時30分
	5月11日(土)・12日(日) ・18日(土)・19日(日)	
	6月8日(土)・9日(日) ・15日(土)・16日(日)	

共通  
 会同センター中央事務所  
 ※②は南事務所でも実施。詳しくは同センターホームページをご覧ください。

対小学校4～6年生  
 定各10人(申込順)  
 費①各2,000円②各7,000円(教材費を含む)  
 申開催日10日前までに、電話で希望する会場へ

会場	電話番号
中央事務所	042-754-1177
南事務所	042-745-2158

東海大学生涯学習講座

語学や文学、歴史、芸術、健康、ビジネスなど84講座を開講  
 会ユニコムプラザさがみはらほか  
 ※詳しくは同講座ホームページをご覧ください。  
 同同大学地域連携センター(☎0463-50-2202)

手話講座・初級(入門編)〈全31回〉

時6月7日～平成32年2月28日の原則金曜日、1月25日(土)、3月7日(土)(予備日3月6日(金)) 午後7時30分～9時30分(32年1月25日(土)、3月7日(土)は、午前10時～正午)  
 会けやき体育館ほか  
 対市内在住の18歳以上で、過去に入門課程、初級講座を受講していない手話未経験者  
 定30人(選考)  
 費3,240円  
 申4月16日(必着)までに、障害者支援センター松が丘園が同館にある申込書(同園ホームページにも掲載)と返信用はがきを直接か郵送で同園(☎042-758-2121)へ

シルバー人材センターの春休み教室

教員経験などがある同センター会員が、予習や復習などをサポート  
 春休み小学生学習教室(全3回)

日にち	時間	定員
3月27日(水)～29日(金)	午前 9時30分～11時30分	各9人(申込順)
4月1日(月)～3日(水)		

対小学校新3～6年生  
 ※国語と算数のみ  
 春休み中学生数学教室(全3回)

日にち	時間	定員
3月27日(水)～29日(金)	午後2時～4時	各4人(申込順)
4月1日(月)～3日(水)		

対新中学生  
 共通

会場	電話番号
緑事務所	042-783-1313
中央事務所	042-754-1177
南事務所	042-745-2158

費各3,000円  
 申開催日3日前までに、電話で希望する会場へ

薬用植物栽培・加工体験講座〈全10回〉

薬用植物(ハトムギ・エビスグサなど)の種まき、除草、収穫、加工作業を体験  
 同原則4月～12月の月1回火曜日 午前10時～午後4時  
 会北里大学(南区北里)  
 対市内在住の人=12人(抽選)  
 費500円(保険代)  
 申3月29日(消印有効)までに、はがきかEメールに住所、氏名(ふりがな)、電話番号、「薬用植物栽培・加工体験講座」と書いて、農政課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎nousei@city.sagamihara.kanagawa.jp ☎042-769-8239)へ

みどりの講習会 ハーブ生活!ポタジェガーデンの作り方・楽しみ方

ハーブや野菜、草花を一緒に楽しむ方法を学びます  
 時4月16日(火)午前10時～正午  
 会相模原麻溝公園  
 対市内在住か在勤・在学の18歳以上(高校生を除く)=24人(申込順)  
 費1,000円  
 申4月1日までに、直接か電話、ファクスに8面上の必要事項を書いて、市まち・みどり公社(☎042-751-6624 FAX042-751-2345)へ

イチオシ! 協力してたすきをつなごう RUN伴+さがみはら 参加者募集

認知症の人とその家族や支援者、一般参加者が、一本のたすきをリレーしながら、ゴールを目指すイベントです。

日にち	時間	スタート	ゴール
5月18日(土)	午前8時～午後3時	緑区(橋本・大沢)	藤野総合事務所
5月19日(日)		中央区(相模原・田名・淵野辺など) 南区(大野台・相模大野・新磯など)	県立相模原公園

定各400人(申込順)  
 ※当日の内容や参加条件、費用など、詳しくは市医療・福祉交流会ホームページをご覧ください。  
 申4月18日までに、高齢者支援センターにある申込書(市医療・福祉交流会ホームページにも掲載)をファクスで同実行委員会(アクティビティデイサービスマス笑が家内 ☎042-712-2607)へ

イチオシ! 楽しく踊って異文化交流 さがプロ2020 フラメンコワークショップ〈全6回〉

フラメンコを踊って、楽しく異文化に触れてみませんか。

時5月10日(金)・21日(火)・28日(火)、6月7日(金)・13日(木)・25日(火) 午後6時30分～7時30分

会おださがプラザ  
 対小学校4年生以上  
 定20人(抽選)  
 費各500円

申4月30日(必着)までに、はがきに8面上の必要事項を書いて、市洋舞連盟の北島寿子さん(〒252-0321 南区相模台3-13-18 ☎042-746-5835)へ



初心者歓迎

### 相模原ギオンスタジアム 施設の教室

〒252-0335 南区下溝4169 ☎042-777-6088

教室名	日にち	時間	対象	費用
①ファンクショナルトレーニング〈全10回〉	4月9日～7月2日の毎週火曜日(4月30日、5月21日、6月4日を除く)	午前10時～11時30分	18歳以上(高校生を除く)	6,000円
②U-7サッカー〈全5回〉	4月9日～5月14日の毎週火曜日(4月30日を除く)	午後4時30分～5時30分	5歳～小学校新1年生	各
③U-10サッカー〈全5回〉			小学校新2～4年生	4,000円
④リラックスヨガ(初級)〈全12回〉	4月10日～7月31日の毎週水曜日(5月1日・22日・29日、6月5日、7月24日を除く)	④午前 9時30分～10時30分 午後 0時30分～1時30分 ⑤午前11時～正午	18歳以上(高校生を除く)	各 9,000円
⑤リフレッシュヨガ(中級)〈全12回〉	4月11日～7月25日の毎週木曜日(5月2日・23日・30日、6月13日を除く)			
	4月12日～7月26日の毎週金曜日(5月3日・24日・31日、6月7日を除く)			
⑥骨盤すっきりエクササイズ〈全10回〉	4月11日～6月27日の毎週木曜日(5月2日・23日を除く)	午前10時～11時		6,000円
⑦スラックライン	4月17日(水)	午後7時～8時30分	どなたでも(小学生以下は保護者同伴)	1,000円

定①⑥各20人②③各15人④⑤各25人⑦30人(申込順)  
 用☎電話か、ファクス、Eメールに11面上の必要事項と、③は新学年、④⑤は希望日時を書いて、同所(☎042-777-0161 ☒asamizo-stadium@dream.jp)へ

### LCA国際小学校北の丘センター 施設の教室

〒252-0134 緑区下九沢2071-1 ☎042-773-5570

教室名	曜日・日にち	時間	対象	費用
①元気アップ! シニア体操〈全7回〉	毎週月曜日 4月8日～7月8日(4月29日、5月6日～6月10日を除く)	午前 9時30分～10時30分	65歳以上	各 4,550円
②ボディコア〈全7回〉		午後6時30分～7時30分		
③プールサイドでホットヨガ〈全6回〉	毎週月曜日 4月8日～7月8日(4月29日、5月6日～6月17日を除く)	午前11時30分～午後 0時30分	16歳以上	5,400円
④ボディバランス〈全8回〉	毎週水曜日 4月10日～7月17日(5月1日～6月12日を除く)	午後1時～2時		
⑤元気アップ! 水中運動〈全7回〉	毎週木曜日 4月11日～7月18日(5月2日～6月20日を除く)	午前 9時20分～10時20分	65歳以上	4,550円
⑥いきいきヨガ〈全8回〉	毎週木曜日 4月11日～7月18日(5月2日～6月13日を除く)	正午～午後1時	16歳以上	各 5,200円
⑦美骨体操〈全8回〉		午後3時30分～4時30分		
⑧障害者小学生水泳〈全8回〉		午後5時30分～6時30分		
⑨ベビースイミング〈全5回〉	毎週金曜日 4月12日～6月28日(5月3日～6月14日を除く)	午前11時15分～正午	6カ月～1歳6カ月の子どもとその保護者	各 6,000円
	毎週土曜日 4月13日～6月29日(5月4日～6月15日を除く)		1歳～2歳6カ月の子どもとその保護者	
⑩膝腰ゆるゆるストレッチポール〈全8回〉	毎週金曜日 4月12日～7月19日(5月3日～6月14日を除く)	午後1時～2時	16歳以上	5,200円
⑪ストレッチ & ヨガ〈全6回〉	毎週火曜日 4月16日～7月16日(4月30日、5月7日～6月11日、7月9日を除く)			3,900円

定①②⑦各20人③15人④⑥⑩⑪各40人⑤25人(抽選)⑧5人⑨各10組(申込順)  
 用☎①～⑦⑩⑪3月22日(必着)までに、往復はがき(1教室1人1枚)に11面上の必要事項を書いて、同センターへ。⑧⑨直接か電話で同センターへ

### サーティーフォー相模原球場 施設の教室

〒252-0229 中央区弥栄3-1-6 ☎042-753-6930

教室名	日にち	時間	対象・定員	費用
①シェイプアップヨガ〈全10回〉	4月17日～6月26日の毎週水曜日(5月1日を除く)	午前10時～11時15分	18歳以上(高校生を除く)	各 8,000円
②ベーシックヨガ〈全10回〉	4月18日～6月27日の毎週木曜日(5月2日を除く)	午後2時～3時15分	=各30人(申込順)	

用☎4月①15日②16日までに、直接か電話で同球場へ

### さがみはらグリーンプール 施設の催し・教室

〒252-0242 中央区横山5-11-1 ☎042-758-3151

**3月21日(祝) 無料開放** ※希望者は直接会場へ

プール ☎午前9時～午後9時20分  
 トレーニング室 ☎午前9時～午後9時30分  
 ※入場は午後9時まで

教室名	日にち	時間	対象	費用	
①苦手を克服 体育教室	鉄棒練習	4月1日(月)	午前10時～10時50分 午前11時10分～正午	鉄棒が苦手な小学校新1・2年生	各 500円
		4月29日(祝)	午前10時～10時50分 午前11時10分～正午		
	マット運動	4月15日(月)	午後3時～3時50分 午後4時10分～5時	マット運動が苦手な小学校新1・2年生	
		4月29日(祝)	午前10時～10時50分 午前11時10分～正午		

②初心者クロール息継ぎ練習	4月1日(月)	午後1時30分～2時30分	18歳以上(高校生を除く)	500円		
③成人初心者水泳〈全3回〉	4月2日(火)・3日(水)・4日(木)	正午～午後1時	18歳以上(高校生を除く)	3,000円		
ジュニア苦手を克服・はじめての水泳〈全3回〉		午後4時～5時		各 1,500円		
④幼児	⑤小学生	午後5時30分～6時30分	水慣れ～けのびが苦手な3歳以上の未就学児			
⑥春季成人水泳〈各全10回〉		初級	4月9日～6月18日の毎週火曜日(4月30日を除く)	正午～午後1時	18歳以上(高校生を除く)	各1万円
⑦春季中学・高校生水泳初心者～泳力アップ〈全10回〉	4月11日～6月20日の毎週木曜日(5月2日を除く)	午後5時50分～6時50分	中学生・高校生			
		⑧春季幼児水泳〈全10回〉	4月9日～6月18日の毎週火曜日(4月30日を除く)	4月10日～6月19日の毎週水曜日(5月1日を除く)	4月11日～6月20日の毎週木曜日(5月2日を除く)	午後4時～4時50分
⑨春季小学生水泳〈全10回〉	4月9日～6月18日の毎週火曜日(4月30日を除く)	4月10日～6月19日の毎週水曜日(5月1日を除く)	午後5時30分～6時30分	小学生(初心者～バタフライ)		
⑩春季小学生水泳〈全10回〉	4月11日～6月20日の毎週木曜日(5月2日を除く)	午後5時50分～6時50分	バタフライ・個人メドレーが泳げる小学生			
⑪初歩からのクロール〈全3回〉	4月10日(水)・17日(水)・24日(水)	午後0時30分～1時30分	18歳以上(高校生を除く)	各 3,000円		
⑫パドル水泳〈全3回〉	4月11日(木)・18日(木)・25日(木)	午前11時30分～午後 0時30分				

定①各6人②③⑥⑦⑪⑫各30人④20人⑤40人(申込順)  
 ⑧各35人⑨各55人⑩50人(抽選)  
 用☎①～⑦⑩⑫開催日前日までに、直接か電話で同プールへ。⑧～⑩3月23日(必着)までに、往復はがき(1教室1人1枚。きょうだいの連名不可)に11面上の必要事項と希望日、⑨⑩は新学年を書いて、同プールへ



はがき・ファクス・Eメール  
などで申し込むとき

必要事項 ①希望する催し名 ②住所  
③氏名(ふりがな) ④年齢 ⑤電話番号 を記入



## 運動会対策 走り方教室

正しい走り方を学ぶプログラム。足の接地や腕の振りなど、走るときに大切な動きを身に付けます。

時 4月20日(土)〈雨天中止〉

時間	会場	コース(対象)
①午前8時30分～9時30分	鹿沼公園軟式野球場	小学校新1～3年生、 小学校新4～6年生
②午前10時30分～11時30分	横山公園野球場	
③午後1時30分～2時30分	小山公園スポーツ広場	

定 各15人(申込順)

費 各2,000円(保険料・指導料など含む)

申 4月19日までに、直接か電話、ファクス(①を除く)に11面上の必要事項と学年を書いて、各会場(①☎042-755-9781②☎042-758-0886 FAX042-758-0586③☎042-700-0801 FAX042-700-0802)へ

## スケート教室

教室名	日にち	時間	対象
ジュニアスケート	アイスホッケー	4月2日～30日の毎週火曜日	午後6時30分～8時15分 5歳～中学生
	スピードスケート・フィギュアスケート	4月4日～25日の毎週木曜日	
早朝スケート	4月7日～28日の毎週日曜日	午前6時30分～8時30分	5歳以上

会 銀河アリーナ

費 各1回500円

※貸靴代別途1回410円(中学生以下210円)

※小学生以下は保護者同伴か送迎が必要

※希望者は直接会場へ

☎銀河アリーナ ☎042-776-5311



## 施設の催し\*\*\* ※会場・問い合わせは原則各施設です

### ユニコムプラザさがみはら

〒252-0303 南区相模大野3-3-2-301  
☎042-701-4370

オーサーズカフェ「桜のはなし」  
時 3月23日(土) 午後2時～3時  
※希望者は直接会場へ

市民・大学交流会「絵画は国境を越えて～カナガワビエンナーレ国際児童画展～」  
時 3月27日(水) 午後1時15分～2時45分  
定 10人(申込順)  
申 3月22日までに、電話で同所へ

### ソレイユさがみ

〒252-0143 緑区橋本6-2-1  
☎042-775-1775

- ①さんかくサロン  
話し合いを通して多様な価値観に触れる、男女共同参画の気付きの場  
時 4月8日(月) 午前10時～正午  
定 30人(申込順)
- ②仕事・地域活動に活かす！  
パソコン教室〈全5回〉  
ワードとエクセルの使い方  
時 4月14日、5月12日、6月9日、7月14日、9月8日の日曜日  
定 各20人(申込順)  
費 各5,000円(テキスト代など)
- ③子育ておしゃべりサロン  
自分らしい子育てを見つける場

時 4月15日(月) 午前10時30分～正午  
対 1歳未満の初めての子とその保護者  
定 10組(申込順)

④トーク＆トーク  
「どう変える！男女の役割分担と少子化」  
時 4月24日(水) 午後6時～8時  
定 30人(申込順)

…………… 共 …………… 通 ……………

※①②④未就学児(2歳以上)の保育あり(要予約)

申 直接か電話、ファクスに11面上の必要事項と、①②④は保育希望の有無(保育希望者は子どもの氏名・年齢)、②は希望コース、③は子どもの月齢を書いて、同所(FAX042-775-1776)へ

女性の起業応援事業  
ソレイユゆめひろば プチマルシェ  
女性作家による手作り品の販売  
時 4月9日(火) 午前10時～午後3時

### 新磯ふれあいセンター

〒252-0326 南区新戸2268-1  
☎046-255-1311

リンパの流れを良くするヨガ体操  
〈全10回〉

時 4月19日～6月28日の毎週金曜日(5月3日を除く) 午前10時～11時30分

対 市内在住か在勤の50歳以上

定 40人(申込順)

費 4,000円(保険料含む)

申 直接か電話、ファクスに11面上の必要事項を書いて、同センター(FAX046-255-1361)へ

## 市体育協会からのお知らせ

☎042-751-5552 FAX042-751-5545 ✉taikyo@jade.dti.ne.jp  
〒252-0236 中央区富士見6-6-23 けやき会館内

### 小学生陸上教室〈全20回〉

時 4月6日～10月19日の原則毎週土曜日

会 相模原ギオンスタジアムほか

対 小学校3～6年生

定 200人(先着順)

費 8,000円(チームTシャツを持っている人は6,500円)

※希望者は4月6日午前9時30分までに、運動ができる服装と靴で、費用を持って直接会場へ

※詳しくは市陸上競技協会ホームページをご覧ください。



### 市民初心者ダンス講習会〈全7回〉

時 4月10日～5月29日の毎週水曜日(5月8日を除く)

会 市体育館(市役所前)

費 1,000円

申 4月5日(必着)までに、往復はがきに11面上の必要事項と性別を書いて、同協会へ

### 陸上競技公認記録会

時 4月21日(日) 午前8時

会 相模原ギオンスタジアム

対 小学生以上(一般・高校生は日本陸上競技連盟への登録が必要)

※詳しくは市陸上競技協会ホームページをご覧ください。

### ソフトテニス レディース教室〈全13回〉

時 4月2日～平成32年3月3日の第1火曜日(8月6日を除く)、32年1月21日(火)、2月18日(火) 午前10時30分～午後0時30分〈雨天中止〉

会 鹿沼公園テニス場

対 15歳以上(中学生を除く)

定 60人(先着順)

費 4,000円

(市ソフトテニス協会員は3,000円)  
※希望者は運動ができる服装で、ソフトテニス用具一式と費用を持って直接会場へ

### 平成31年度ねりんピック和歌山大会選手選考会(サッカー)

時 4月7日(日) 午前8時45分

会 横山公園

対 市内在住で32年4月1日時点で60歳以上

申 3月31日(消印有効)までに、はがきに11面上の必要事項と生年月日、性別を書いて、同協会へ

### 市民サッカー選手権大会

①中学生②シニア

時 ①5月11日(土)～6月22日(土)

②5月19日(日)～8月25日(日)

午前9時

会 横山公園ほか

申 ①4月5日②3月31日までに、市体育協会にある申込用紙(同協会ホームページにも掲載)を同協会へ

※詳しくは同協会にある開催要項か、同協会ホームページをご覧ください。

### レクリエーション・インストラクター資格取得講習会〈全9回〉

時 5月19日～10月6日の毎月第1・第3日曜日(8月18日を除く)

午前9時～午後4時10分

会 市役所周辺の公共施設

対 18歳以上=30人(申込順)

費 3万5,000円(テキスト代など)

申 4月26日(必着)までに、はがきかファクスに11面上の必要事項を書いて、同協会へ

## 読者のひろば

(敬称略)

### 催し

費用の記載がない場合は無料です。

- ユニバーサル美容フェスタ 美と健康に関する講演や製品の展示、体験コーナーなど 3月20日(水) 午前10時～午後6時、ユニコムプラザさがみはら ☎遠木(☎042-812-1202)
- 小学生バドミントン体験教室 3月22日(金)・29日(金)、4月5日(金) 午後6時～8時、市総合体育館。対象は年中～小学校5

年生の初心者、希望者は室内履きを持って直接会場へ ☎安藤(☎090-3914-5241)

- 落語と交流会 落語会と筋無力症患者・家族の交流会。出演は風林亭鮎次郎さんほか 3月24日(日) 落語会は午後2時～3時、交流会は午後3時15分～5時、ユニコムプラザさがみはら。落語会と交流会のどちらかみの参加も可 ☎関口(☎090-1269-3510)
- さがみ人間未来フィルムフェスティバル ドキュメンタリー映画など7作品の上映 4月21日(日) 午前11時30分～午後7時5分、市のホールはしもと。定員200人(先着

順)、費用800円(中学生以下無料) ☎能勢(☎042-777-5557)

- 点訳講習会〈全10回〉 点訳の基礎を学ぶ 5月14日～7月16日の毎週火曜日 午前10時～正午、津久井地域福祉センター。費用2,000円 申 4月19日までに電話で網野(☎090-2443-4262)へ

### 仲間

会費などは個別にお問い合わせください。

- バドミントン 毎週水曜日 午前9時、市総合体育館。対象は経験者の女性 ☎野田(☎090-9859-2528)

- 社交ダンス(ラテン) 毎週日曜日 午後2時、清新公民館ほか。初心者歓迎 ☎山田(☎090-6526-8482)

- 社交ダンス 毎週火曜日 午後7時、サン・エールさがみはら。初心者歓迎、見学・体験可 ☎河合(☎090-6472-4536)

- 歌謡合唱 月3回水曜日 午後1時、相武台公民館 ☎久保(☎090-4418-0373)

▶掲載の申し込み方法は毎月1日号でお知らせします

市の手続き、イベントや施設のお問い合わせに…



相模原市コールセンター

☎042-770-7777 午前8時～午後9時 年中無休  
FAX 042-770-7766 ※おかけ間違いにご注意ください。

子育て・保健・介護予防事業については、別冊ウェルネス通信でもお知らせしています。

2019年 平成31年

広報 さがみはら

3/15

No.0108

毎月15日発行



# みどり

http://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/midoriku/



緑区イメージキャラクター「ミウル」

区版

### 区の人口・世帯

人口 171,484人 (118減)  
 男 86,459人 / 女 85,025人  
 世帯数 73,508 世帯 (14増)  
 平成31年2月1日現在 ( )は前月との増減  
 発行/相模原市 編集/緑区役所区政策課  
 〒252-5177 相模原市緑区西橋本5-3-21  
 緑区合同庁舎内  
 ☎042-775-8802

## 地震の時、どこに避難するか知っていますか？

東日本大震災から8年がたちました。自宅や勤務先などで大きな地震に遭ったときは、落ち着いて適切な場所に避難することが大切です。  
 この機会に、地域の避難場所や非常時の持ち出し品を家族や職場で確認しておきましょう。



### 自宅

自宅が安全なら住み慣れた自宅で生活しよう

### 一時避難場所

まずは速やかに避難！

### 広域避難場所

大規模火災から身を守る

自宅で生活できないとき、しばらくの間生活をする

### 避難所

#### 一時避難場所

※各自治会が指定  
 地震による火災などの災害が近隣に発生した場合に一時的に避難し、災害の推移を見守るための空き地、公園、学校などの場所

#### 広域避難場所

大規模な火災が発生した場合、その地域内の市民が煙や熱から身の安全を確保する場所

#### 避難所

地震や土砂災害などにより、自宅で生活できない場合に一時的に生活するための小・中学校などの場所

### 避難する時の服装

リュックサックなどで、両手をあける

動きやすい服

底の厚い履き慣れた靴



ヘルメットなどで頭を保護

軍手

長袖・長ズボン

### 非常時の持ち出し品

(例)



飲料水

現金

乳幼児の粉ミルク・離乳食 など

免許証

非常時の持ち出し品チェックリストを市ホームページで公開しています。ご活用ください。



### 風水害の場合は避難する場所が異なります

地震、洪水、土砂災害など、災害の種類ごとに、それぞれ安全を確保できる避難場所が指定されています。

災害に備え、自宅近くの避難場所や避難所を市ホームページであらかじめ確認しておきましょう。



図危機管理課 ☎042-769-8208

4/1から

## 橋本地区の広域避難場所見直しのお知らせ

県立相原高等学校の移転に伴い、4月1日から、  
 ①②⑤～⑧を新たに広域避難場所に指定します。  
 ③④は、広域避難場所として継続します。

**県立相原高等学校は移転のため広域避難場所としての指定を解除します。**

相原1～6丁目、橋本1～8丁目、元橋本町、西橋本5丁目の広域避難場所



### 広域避難場所の見直しによる効果

- ◇避難に要する時間が短縮され、速やかに身の安全を確保できます。
- ◇複数の避難場所があることで、選択肢が広がり、より安全な避難が可能になります。
- ◇小・中学校は避難所に指定されているため、広域避難場所から避難所生活へ円滑に移行できるようになります。

図危機管理課 ☎042-769-8208



緑区のイベントや話題を発信中！

緑区特設サイト HP すもうよ緑区 検索



LINE「ミウル」 ID:@miuru

Twitterアカウント「ミウル」 @miuru\_midori

Facebookページ「ミウル」 @miuru.midori



2019年 平成31年

広報 さがみはら

3/15

No.0108

毎月15日発行

# ちゅうおう 区版

http://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/chuoku/

区の人口・世帯

人口 271,839人 (126減)  
男 136,579人 / 女 135,260人

世帯数 121,440世帯 (20増)

平成31年2月1日現在 ( )は前月との増減

発行/相模原市 編集/中央区役所区政策課  
〒252-5277 相模原市中央区中央2-11-15  
市役所本庁舎内

☎042-769-9802

## まちで見掛ける あの花の名は。



3月下旬、まちを華やかに彩るこの花は、中央区生まれの「ハナモモ品種照手シリーズ」(照手のハナモモ)です。現在の横山公園内にあった県園芸試験場相模原分場で生まれ、街路樹や庭木として狭い場所にも植えられるコンパクトさと、見ごたえのある八重咲きの花びらが特徴です。この時期、さまざまな場所で私たちの目を楽しませてくれています。

### 苦節11年！～照手のハナモモができるまで～



改良に携わった元県園芸試験場相模原分場研究員の岡部 誠さん

#### 改良のきっかけ

都市に緑を増やすため、狭い場所でも植えられ、みんなに注目してもらえるような花のついた樹木を作りたいという思いから改良を始めました。

#### 苦勞の先にあった感動

種をまき花が咲き、交配してまた種をまくという繰り返しで、花を大きくしたり、色をはっきり出すことが大変でしたが、思いどおりの美しい花が咲いたときは言葉に表せないぐらい感動しました。

#### 全国で活躍

かつて、国際花と緑の博覧会や横浜博覧会でも展示されたことがあります。現在は花の美しさと流通のしやすさから、市内のみならず大阪城公園など全国で咲き誇っています。

#### 名前の由来は？

「照手」は中央区に伝わる「照手姫伝説」に由来しています。相模の国北部の郡代・横山将監の娘で絶世の美女として知られた照手姫と常陸の国の小栗判官が、引き裂かれても苦難を乗り越えて再会を果たす物語です。区内には、横山段丘崖を中心に、照手姫と小栗判官にまつわる伝承が残されています。

#### 照手のハナモモの魅力

照手姫伝説と地元産ハナモモを広めた安藤和次郎さん



33年前に品種改良中の照手のハナモモに出会い、美しさにほれ込んで、市内の小学校をはじめ、照手姫伝説を通して交流のある和歌山県田辺市などへの普及活動をしていました。照手のハナモモは八重咲きの花弁が幾重にも重なって見ごたえがあり、11月ごろまで青々とした緑を楽しめるところも魅力的です。

中央区生まれのハナモモがもっと地元の皆さんに愛されて、交流のきっかけとなってくれればうれしいです。

#### 3月下旬～4月上旬が見頃です！ 照手のハナモモを見に行きませんか？

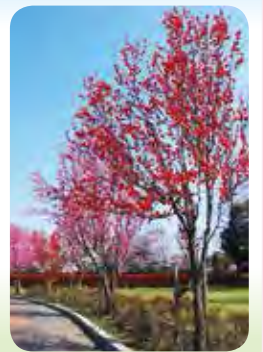
##### 見どころ

赤・白・ピンクと、品種ごとに色が異なる大輪の花は、春の日差しを受けるといっそう鮮やかに見えます。周りの景色とのコントラストを楽しむのもおすすめです。

##### おすすめスポット

##### 横山公園

樹林広場で、赤色の「照手紅」やピンク色の「照手桃」など、色鮮やかな照手のハナモモが立ち並ぶ景色を楽しめます。  
所在地 中央区横山5-11  
横山公園の他にも、小山公園の近くなど、区内のさまざまな場所で見ることができます。



岡公園課 ☎042-769-8243

☎中央区役所区政策課 ☎042-769-9802

#### さくら色でつながる 中央区レシピ

区民との協働に取り組む「中央区みらい協働プロジェクト」で、中央区の魅力を感じてもらうためのオリジナルのレシピを考案しました。春らしく、お花見にぴったりです。家族や友だちと一緒に作ってみませんか。※レシピは区ホームページをご覧ください。



☎中央区みらい協働プロジェクト実行委員会(中央区役所地域振興課内) ☎042-769-9801

#### 区民課からのお知らせ

##### 年度末・年度始めは窓口が大変混雑します

3月下旬から4月上旬の区民課窓口は大変混み合い、長時間お待ちいただくことが予想されます。ご迷惑をおかけしますが、来庁する場合はホームページ上の混雑状況を参考の上、時間に余裕を持ってお越しください。

なお、マイナンバーカード(顔写真付き)をお持ちの方は、コンビニ交付サービスにより住民票の写しなどの証明書を取得できますのでぜひご利用ください。

こちらから窓口の混雑状況を確認できます

☎中央区役所区民課 ☎042-769-8227



FM HOT 839で中央区の魅力をオンエア！  
エフエムさがみ 「大好き！中央区」

「音楽で思いを馳せる相模原」のコーナーでは、相模原の出来事を当時の音楽とともに紹介しています。ぜひお聞きください！  
放送日 毎月第4木曜日午後7時～8時(再放送 翌週火曜日午後11時～12時)

2019年 平成31年

広報 さがみはら

3/15

No.0108

毎月15日発行



# みなみ 区版

http://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/minamiku/

区の人口・世帯

人口 279,165人 (131減)  
 男 138,406人 / 女 140,759人  
 世帯数 128,755世帯 (82増)  
 平成31年2月1日現在 ( )は前月との増減  
 発行/相模原市 編集/南区役所区政課  
 〒252-0377 相模原市南区相模大野5-31-1  
 南区合同庁舎内  
 ☎042-749-2134

## 知っていますか?

# あなたの地域の避難場所



自分が住んでいる地域で、地震などの災害が起きた時に避難する場所を皆さんは知っていますか。今回は、意外と知らない一時避難場所や広域避難場所、避難所の違いを紹介します。この機会に、家族や自分自身を守るため、避難方法について考えてみませんか。

### いっとき 一時避難場所とは・・・

地震に伴う火災などの災害が近隣に発生した場合に一時的に避難し、災害の推移を見守るための空き地、公園、学校などの場所(各自治会が選定)



### 広域避難場所とは・・・

同時多発の火災が発生し延焼拡大した場合、その地域内の住民が火煙やふく射熱に侵されることなく、生命・身体の安全を確保できる場所



### 避難所とは・・・

地震や土砂災害などで家が倒壊、焼失した被災者に救援措置を行う場所(小・中学校などを指定)



※避難所の運営を円滑に行うため近隣の自治会などが避難所運営協議会を組織し、平常時から運営訓練やルール作りなどを行っています。

## 広域避難場所を追加します

災害時における住民皆さんの安全・確実な避難を可能とするため、キャンプ座間に加え、**4月1日から**相模台地区、相武台地区の一部の小・中学校を広域避難場所として追加します。避難場所の追加により、避難に要する時間が短縮され、より安全な避難が可能となります。



図 広域避難場所の追加に関すること 危機管理課 ☎042-769-8208  
 広域避難場所の運用などに関すること 緊急対策課 ☎042-707-7044



## 麻溝・新磯・相模台・相武台地区のまちづくり区域の一部が変更になります

麻溝台・新磯野地区整備推進事業による地域環境の変化に伴い、4月1日からまちづくり区域の一部を変更します。  
 ※今回の変更で住所・学区・投票区・選挙区・期日前投票・避難所の変更はありません。

**変更の概要** 変更地域 南区麻溝台、南区新磯野の一部  
 主な施設 県立相模原青陵高等学校



### まちづくり区域って何?

- 地区ごとのまちづくりを進める上で基礎的単位とする区域として、地区の歴史や特性などを考慮し、定めた区域です。
- 22の地区で構成されており、地区自治会連合会・公民館・高齢者支援センターなどの区域の基準とされています。



麻溝台・新磯野中通り線は新規道路のため、今後整備される予定です。



麻溝台新磯野中通り線(新規道路)(延長2.0km 幅員17~18m)

図 市民協働推進課 ☎042-769-8226



Facebookページ「相模原市南区区民会議」  
<https://www.facebook.com/sagamiharasi.minamiku.kuminkaigi>



区民会議の活動やイベント情報などを発信中です!



みんな元気！ さがみはら 子どもから大人まで笑顔で楽しく健康づくり

# ウェルネス通信

広報 **さがみはら** 別冊

子育て・保健・介護予防事業案内

No.1405

平成31年(2019年)

## 3/15

- 主な実施会場
- ㊦ ウェルネスさがみはら 中央区富士見6-1-1
  - ㊧ 緑区合同庁舎 緑区西橋本5-3-21
  - ㊨ シティ・プラザはしもと 緑区橋本6-2-1
  - ㊩ 南保健福祉センター 南区相模大野6-22-1
  - ㊪ 城山保健福祉センター 緑区久保沢2-26-1
  - ㊫ 津久井保健センター 緑区中野613-2
  - ㊬ 相模湖総合事務所 緑区与瀬896
  - ㊭ 藤野総合事務所 緑区小淵2000
  - ㊮ けやき会館 中央区富士見6-6-23

申し込み・問い合わせ

- ① 緑高齢者相談課 ☎042-775-8812
- ② 中央高齢者相談課 ☎042-769-8349
- ③ 南高齢者相談課 ☎042-701-7704
- ④ 疾病対策課 ☎042-769-8260
- ⑤ 健康増進課 ☎042-769-8322
- ⑥ 緑保健センター ☎042-775-8816
- ⑦ 緑保健センター(津久井) ☎042-780-1414
- ⑧ 中央保健センター ☎042-769-8233
- ⑨ 南保健センター ☎042-701-7708
- ⑩ こども家庭課 ☎042-769-8345
- ⑪ 緑子育て支援センター ☎042-775-8829
- ⑫ 中央子育て支援センター ☎042-769-8222
- ⑬ 南子育て支援センター ☎042-701-7710
- ⑭ 精神保健福祉センター ☎042-769-9818
- ⑮ 市コールセンター ☎042-770-7777

発行 相模原市 〒252-5277 相模原市中央区中央2丁目11番15号 ホームページ <http://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/> 編集 総務局渉外部広聴広報課 ☎042-769-8200

● 会場や申込先については上記をご覧ください ●

## パパママのための教室

※母子健康手帳と筆記用具を持参してください。

### 親子で歯っぴい ちゃれんじ大作戦!

虫歯予防の秘訣や歯磨きの裏技実演

日にち	会場	定員(申込順)	申込
4月5日(金)	㊦	各20組	⑮
4月9日(火)			
4月2日(火)	㊩	各20組	⑮
4月19日(金)			
4月23日(火)	㊧	30組	

時 午前10時～11時15分  
対 平成30年2～6月生まれの子とその家族

### ふれあい親子サロン

保健師、保育士などによる健康・育児相談、身体計測、親子遊びの紹介

時 午前10時～11時15分  
対 乳幼児とその保護者  
※希望者は直接会場へ  
場 ⑪⑫⑬

日にち	会場など
4月9日(火)	㊭、清新㊮、大野南㊮
4月10日(水)	㊫、㊬、相武台㊮
4月11日(木)	㊨、相模台㊮、大沼㊮
4月12日(金)	橋本㊮、上溝南㊮、星が丘㊮

- ㊮ こどもセンター
- ㊯ 栄養士による栄養相談もあり
- ㊰ 歯科衛生士による歯科相談もあり

### ぴよぴよサロン

約2,000g未満で生まれたか、運動発達が緩やかな乳幼児とその家族の交流サロン

日にち	時間	会場	申込
4月5日(金)	午前10時～11時	㊩	⑬
4月12日(金)		㊦	⑫
4月26日(金)		㊧	⑪

対 乳幼児とその家族  
※希望者は直接会場へ。初めての人は申し込みが必要

### ハローマザークラス <全2回>

妊娠、出産、育児に関する知識・技術の習得と仲間づくり

日にち	会場	申込
5月7日(火) 5月14日(火)	㊧	⑮
5月18日(土) 5月25日(土)	㊩	

時 午後1時30分～4時  
対 妊娠16週以降の初めて出産する人とその家族  
定 南のみ60組(申込順)

### 離乳食教室(モグモグ編)

中期以降の離乳食の講習、試食、相談会

日にち	時間	会場	申込
4月9日(火)	午後1時～2時15分	㊦	⑮
4月19日(金)	午後2時45分～4時		

対 30年7・8月生まれの子の保護者とその家族  
定 各15人(申込順。初めての子の保護者優先)

## 相談など

相談名(相談員)	日にち	時間	会場	申込	内容・定員・問い合わせなど
成人健康相談 母子保健相談 (保健師)	月～金曜日	午前8時30分～午後5時 (祝日等を除く)	㊧	⑮	成人健康相談 健康相談 母子保健相談 妊娠・出産、子どもの健康などの相談 ※希望者は直接会場へ(電話相談も可) ※㊫㊬㊭は来庁相談のみ 成人健康相談 ⑥⑧⑨ 母子保健相談 ⑪⑫⑬
	月・木曜日				
	火曜日				
	水曜日				
	金曜日				
母と子の栄養相談 (管理栄養士等)	4月8日(月)	午後1時～3時30分	㊩	⑬	乳幼児と妊産婦の食事の相談 持ち物 母子健康手帳
不妊・不育専門相談	4月9日(火)	<電話相談>	時 午前9時～11時30分 場 ⑩		⑩ 障害のある乳幼児
		<面接相談>	時 午後1時～3時30分 会 ㊦ 申 4月8日までに⑩		
がんがる～ 歯科健診 (歯科医)	㊧㊦㊩㊨㊫㊬㊭	※日程はお問い合わせください。		⑩	⑩ 障害のある乳幼児
HIV(エイズ)等の検査・相談	3月23日(土)	午後2時～3時45分	㊨	④	HIV(エイズ)、性器クラミジア、梅毒に関する検査・相談(無料。匿名) 定 各12人(申込順)
	3月26日(火)	午前9時～11時15分	㊦		
電話歯科相談 (歯科医)	月～金曜日 (祝日等を除く)	午前9時～11時			口の健康に関する悩みや相談 ※治療内容に関する相談は受け付けません。 ※健診などにより歯科医師が不在の場合もあります。 場 ⑤
歯科健康相談 (歯科衛生士)	月～金曜日 (祝日等を除く)	午前9時～午後3時30分	㊧	⑤	ブラッシング方法など歯のお手入れに関する相談や、すぐに測れるお口の元気チェック ※申込時に日時、会場を調整します。
がんに関する相談 がんピアサポート	①4月12日(金)	午前10時～午後3時	㊩	⑮	がんに関する悩みや不安などの相談にがん体験者が対応 対 がん患者やその家族 定 各4組(申込順。各組1時間) 申 4月①10日、②25日までに⑤
	②4月28日(日)				

## ファミリー・サポート・センター会員募集

子どもの送迎など、子育ての手助けを受けたい人(利用会員)と、手助けをしたい人(援助会員)を募集します。  
市内在住か在勤・在学中、次に該当する人  
◆入会説明会(1時間程度)

日にち	時間	会場	利用会員
4月5日(金)	午後1時30分	あじさい会館	小学生(障害児は18歳)までの子どもがいて、入会説明会に参加できる ※妊娠中の人も相談可
4月13日(土)		緑区合同庁舎	
4月23日(火)	午前10時30分	南区合同庁舎	援助会員 20歳以上で、7月ころに行う講習会に出席できる
5月11日(土)			
5月23日(木)	午後1時30分	緑区合同庁舎	
5月28日(火)	午前10時30分	あじさい会館	

☎電話か、Eメールに住所、氏名、電話番号、入会説明会の希望日、希望の会員種別を書いて、同サポートセンター(☎042-730-3885 ✉famisapo@sagamihara-shishakyo.or.jp)へ

## 健康診査 検診・検査

平成30年度施設健診受診券の有効期限は**31年3月31日まで**です。  
(特定)健康診査、がん検診(胃・子宮・乳・肺・大腸)、お口の健康診査、肝炎ウイルス検診を、市内協力医療機関で実施しています。年度末は混み合いますので、お早めにお申し込みください。  
●来年度のがん集団検診と休日会場検診の日程などについては、本紙5月1日号でお知らせします。  
●肝炎ウイルス感染の心配がある人(家族に肝炎ウイルスに感染している人がいるなど)には、肝炎ウイルス検査を無料で実施(原則1回)しています。

申し込み・問い合わせ ⑮



**元気高齢者向け  
筋力向上トレーニング教室(全12回)**

専属トレーナーの指導で、各種の体操や機器を使った筋力トレーニングなどを行います。

日にち	時間	会場	電話番号・受付時間など
①5月7日～7月23日の火曜日	午前11時～午後0時30分	相模原ドルフィンクラブ(緑区橋本)	042-771-7333 午前10時～午後5時
②5月9日～7月25日の木曜日	午後3時30分～5時	メガロス相模大野(南区相模大野)	042-745-4600 午前10時～午後8時(火曜日を除く)
③5月13日～8月5日の月曜日(7月15日を除く)	午前10時15分～11時45分	コナミスポーツクラブ橋本(緑区西橋本)	042-772-0541 午前10時30分～午後5時(木曜日を除く)

対 運動に支障がない市内在住の65歳以上=各10人(抽選)  
費 ①4,800円 ②③各6,000円  
申 4月5日までに、電話で各会場へ



**補装具更生相談  
(肢体不自由・聴覚障害)**

補装具の購入・修理などの相談や申請の受け付け、判定を行います。

相談名	日にち	会場	窓口・問い合わせ
肢体不自由★	4月15日(月)	あじさい会館	緑障害福祉相談課 ☎042-775-8810
	5月20日(月)		中央障害福祉相談課 ☎042-769-9266
	4月18日(木)	南保健福祉センター	南障害福祉相談課 ☎042-701-7722
	5月16日(木)		城山保健福祉課 ☎042-783-8136
聴覚障害	4月17日(水)	城山保健福祉センター	津久井保健福祉課 ☎042-780-1412
	5月8日(水)		あじさい会館
			藤野保健福祉課 ☎042-687-5511
			ファクスの場合は、障害者更生相談所 ☎042-750-6150

時 午後0時30分～2時  
対 18歳以上で身体障害者手帳(肢体不自由・聴覚障害)を持ち、補装具購入などの判定が必要な人  
★ 電動車椅子を除く。初めて補装具の購入を希望するか、補装具のタイプを替える場合は、事前に相談してください。  
※ 希望者は住んでいる地域の窓口へお問い合わせください。



**バンビのぼれぼれ広場の催し**

**障害のあるお子さんのための「えほんじかん」**

絵本カフェのチョコリラさんが、1対1での読み聞かせや絵本の紹介をします。

時 4月4日(木) 午後1時～2時  
会 バンビのぼれぼれ広場(中央区鹿沼台)  
対 障害のある未就学児とその保護者=8組(申込順)

**パパママのためのアートセラピー体験**

やさしい色のパステルを使って円を描きます。リラックスとリフレッシュ効果があり、緊張や疲労を感じている人には特におすすめです。

時 4月25日(木) 午後1時30分～3時  
会 バンビのぼれぼれ広場(中央区鹿沼台)  
対 3歳児以下の子育て中の保護者か妊娠中の人とその家族=5人(申込順)

**親子で楽しむムーブメント**

遊びを通して、体・頭・心の調和が取れた発達を促します。

時 4月30日(木)  
会 けやき体育館

時間	対象	定員(申込順)
午前10時～10時45分	ハイハイする前の乳児(約4カ月～8カ月)とその保護者	10組
午前11時～11時45分	2歳児とその保護者	6組

共 通

申 直接か電話(月～金曜日(祝日等を除く) 午前10時～午後3時)、Eメールに氏名(ふりがな)、子どもの年齢、電話番号、催し名を書いて、同広場(☎042-776-2286) famisapobambino@gmail.com)へ



**高齢者筋力向上トレーニング  
南会場(全24回)**

運動機能の維持・向上を目的とした体操や各種トレーニングを実施します。

時 5月23日～8月19日の月・木曜日(7月15日、8月12日を除く) 午前10時～正午

会 未定(南区相模大野周辺地域を予定)

対 市内在住の65歳以上で、病气・けが・加齢に伴う衰えなどで身体機能が低下し、面接で改善に向けた支援が必要と判断された人

定 10人(選考)

申 3月19日までに、電話で住んでいる地区の高齢者支援センター(申込先が分からない場合は市コールセンター(☎042-770-7777))へ



**若年性認知症 本人と家族の交流会**

認知症について知っておきたい制度の講話と当事者や家族同士での語り合いのほか、希望者への個別相談を実施します。

時 4月13日(土) 午後2時～4時

会 ウェルネスさがみはら

対 若年性認知症の人とその家族

申 4月5日までに、電話で地域包括ケア推進課(☎042-769-9249)へ



**マタニティオーラルセミナー  
～元気な赤ちゃんはママのお口の健康から～**

妊娠期の口腔内の疾患が赤ちゃんに及ぼす影響やその予防法、子どもの歯の健康についての講義・体験と、歯科健康診査などを実施します。

時 4月17日(水) 午後1時30分～3時30分

会 南保健福祉センター

対 市内在住の妊娠中の人(経産婦可。妊娠期間中1回のみ受講可)

定 12人(申込順)

※ 子ども同伴可(保育なし)

申 4月16日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ



**愛の献血 あなたもご協力を!  
命を救う身近なボランティア**

日にち	時間	会場
3月26日(水)	午前10時～正午 午後1時30分～4時	市役所前
3月30日(土)	午前10時30分～正午 午後1時30分～4時	相模大野駅前通り(コリドー通り)
3月31日(日)	午前10時～正午 午後1時30分～4時	橋本駅ペDESTロアンデッキ下

対 16歳～69歳の健康な人(65歳～69歳の間は、60歳～64歳の間に献血経験が必要)

所要時間 40分程度

※ 本人確認をしています。

献血キャラクター けんけつちゃん

☎042-769-8343

**急病**などで困ったときは (電話番号をよく確かめて)

まずは、かかりつけ医・歯科医に相談しましょう。かかりつけ医・歯科医や近隣の医療機関が休診で困ったときは、お問い合わせください。

※ 急病の診療は応急的なものです。後日、必ずかかりつけ医・歯科医か近隣の医療機関で診療を受けましょう。

※ 受診のときは、健康保険証、各種医療証を必ず持参してください(保険証などがない場合は全額自費となります)。

**医科** 相模原救急医療情報センター ☎042-756-9000

月～金曜日(祝日等を除く) 午後5時～翌朝9時

土曜日 午後1時～翌朝9時

日曜日、祝日等 午前9時～翌朝9時

※ 診療可能な医療機関を案内。医療相談・歯科案内は行っていません。

**歯科** 相模原口腔保健センター ☎042-756-1501

日曜日 午前8時45分～11時30分

※ 事前に連絡をしてから受診してください。

**電話相談** かながわ小児救急ダイヤル ☎045-722-8000

(市外局番が042以外のプッシュ回線、携帯電話の場合 ☎#8000)

毎日 午後6時～午前0時

※ 子どもの急な体調の変化で心配なときに、電話で相談できます。

**接骨** 休日当番柔道整復施療所案内

☎0120-19-4199

日曜日、祝日等 午前9時～午後5時

**精神科** 精神科救急医療情報窓口 ☎045-261-7070

月～金曜日(祝日等を除く) 午後5時～翌朝8時30分

土・日曜日、祝日等 午前8時30分～翌朝8時30分

(翌日が平日の場合、受け付けは翌朝8時まで)

※ 夜間、休日に急激な精神疾患の発症や病状悪化の際に、精神科医療機関を紹介します。

※ 必ず紹介することを約束するものではありません。

